



elgourmet.com



VISITA A BURDEOS

ENTRE VIÑEDOS,
ORÍGENES Y VINOS

DESTINO MÉXICO

CRÓNICA A BORDO
DE UN BUQUE SARDINERO

NICOLÁS ALVARADO

LA CARA LÚDICA
DE LA CULTURA

MAR 2010

36



Sinfonía marina



**ORÍGENES
PREHISPANICOS**

CHEFS AL
RESCATE DEL
JITOMATE

**CUALIDADES
MARINAS**

EL PESCADO
Y SU FACETA
SALUDABLE

*** PRODUCTO DEL MES**
TESOROS OCEÁNICOS, EL ALIMENTO DE NEPTUNO

¿quieres que tu viaje sea toda una experiencia?



VISA PLATINUM

Paga con Visa y obtén upgrade en los siguientes hoteles:

Presidente Intercontinental México
Campos Eliseos 218
México, D.F.
Tel. 01-800-9044-400

Presidente Intercontinental Guadalajara
Av. López Mateos Sur y Moctezuma
Guadalajara, Jal.
Tel. 01-800-9044-400

Presidente Intercontinental Mérida
Av. Colón No. 500
Mérida, Yucatán
Tel. 01-800-9044-400

Presidente Intercontinental Cozumel
Carretera a Chankanaab km 6.5
Cozumel, Q.R.
Tel. 01-800-9044-400

Presidente Intercontinental Cancún
Blvd. Kukulcan km 7.5
Cancún, Q.R.
Tel. 01-800-9044-400

Marquis Los Cabos
Carretera Transpeninsular km 21.5
Los Cabos, BCS
Tel. 01-800-690-0102

The Royal Cancún
All inclusive
Blvd. Kukulcan km 11.5
Cancún, Q.R.
Tel. 01-800-216-5500

The Royal Playa del Carmen
All inclusive
Constituyentes No. 2
Playa del Carmen, Q.R.
Tel. 01-800-216-5500

Paradise Riviera Cancún
All inclusive
SM 11 M29 Lote 10
Puerto Morelos, Q.R.
Tel. 01-800-772-0040

Sheraton Hacienda del Mar
Resort & Spa
Corredor Turístico km 10, lote D
Los Cabos, BCS.
Tel. 01-624-145-6100

En todos los hoteles, al momento de hacer la reservación hay que mencionar " upgrade sólo con Visa"
Pueden existir Black out dates, en este caso se ofrecen otras fechas al tarjetahabiente.
Vigencia del 15 de enero al 31 de mayo de 2010.

más personas alrededor
del mundo **van** con Visa
visita visa.com

VISA



El concurso

Hace unos días fui jurado de la semifinal de Guadalajara de la segunda edición del concurso Cocinero del año —cuyo nombre se agradece de antemano, ya que enaltece el oficio-profesión de cocinero, no el del tan paseado y raspado título de chef, que ya cualquiera que sepa prender una estufa ostenta—, y fue una grata sorpresa, por supuesto no sólo por el nombre, sino por varias de las experiencias ahí vividas.

Experiencia 1: Las mujeres arriba. Fui bendita entre los hombres, ya que aunque dentro del jurado de piso que calificaba a los concursantes había dos mujeres maravillosas, yo era la única damisela dentro del panel calificador de los platillos, los otros seis eran hombres. Dentro de los concursantes semifinalistas (ocho en total) sólo había una mujer, que no ganó, pero desempeñó un papel magnífico. Lo que confirmé fue simple, habemos pocas mujeres en el ámbito gastronómico profesional, pero esas cuantas somos muy buenas en nuestra especialidad.

Experiencia 2: ¿Tienes el valor...? Dentro de las reglas del concurso se solicita que los participantes sean mayores de 23 años y que tengan mínimo dos años de experiencia como encargados de área o de cocina. Eso es aparentemente todo, no requieren ni títulos nobiliarios de escuelas famosas, ni un límite de edad. Cabe mencionar que ninguno de los jueces conocimos, salvo al final, la identidad de los concursantes, cuestión que de cierta forma es positiva, ya que así uno no puede crearse historias o ideas previas de acuerdo al rostro o la actitud del participante. Aún así yo tenía claro lo siguiente: no importa de donde vengan, como luzcan o qué edad tengan, para entrar a un concurso de cocina se requiere... valor.

Experiencia 3: Los grandes cocineros rigen. Dentro del jurado había grandes personalidades, todos cocineros y chefs consagrados (en toda la extensión de la palabra)... Aún así, no hubo ningún mal-vibroso. Y eso

que había un repertorio surtido: fresas, rockeros, solemnes, jóvenes, maduritos, bigotones, lampiños, peludos y pelones, todos sin embargo coincidían en algo: servir es no sólo su vocación, sino su *modus vivendi*. Y creo que ese es uno de los detalles que hace de los grandes chefs seres tan carismáticos y tan atractivos para el resto del mundo hoy en día.

El premio para mí en ese concurso fue acordarme de estas tres cosas que a veces se me olvidan:

1. El género no importa realmente... sea uno mujer, hombre o quimera, uno siempre puede ser su mejor motivador personal.
2. El valor es lo que nos diferencia de aquellos que prefieren no competir justa y honestamente en la vida.
3. La diferencia entre una mujer y una dama, un hombre y un caballero, o bien en este caso, un gran cocinero, radica en gran medida en la capacidad de darse tanto a uno mismo como a los demás.

Finalmente, en el concurso me encontré a Daniel Ovadia, quien me comentó, con respecto a mi carta editorial del número anterior, que el atún aleta azul que él utiliza en Paxia y en Charro (sus restaurantes), al igual que la gran mayoría de los restaurantes en México, no es de las costas europeas y asiáticas, que es donde está en vías de extinción, sino de las granjas de Baja California, donde la explotación de este recurso marino está, según me indica, debidamente controlada.

Fali.
FABIOLA DE LA FUENTE
EDITORA

LA REVISTA ELGOURMET.COM Y SUS CONTENIDOS SON PROPIEDAD DE GRUPO Q.S.A.
PRAMER S.C.A. ES EL TITULAR DE LA MARCA ELGOURMET.COM. AMANTE DEL BUEN VIVIR

REVISTA ELGOURMET.COM MÉXICO



PUBLISHERS | Raúl Sayrols, Luis Sayrols, Jesús Díez

EDITORIA | Fabiola de la Fuente (fabiola.delafuente@lyrsa.com.mx)

COORDINADORA EDITORIAL | Angélica Hernández (angelica.hernandez@lyrsa.com.mx)

FOTOGRAFÍA | Fernando Gómez Carbajal

RETOQUE | Óscar Hernández

PRODUCCIÓN | César Casalone

DISEÑO | Odeth Vázquez

COLABORADORES | Alejandro Zárate, Allan Glatt, Monserrat Garralda, Edgar Fernando Cruz, Zahlel Tellez, Omar Sandoval, Mariano Sandoval, Ana Saldaña, Jesús Díez.

DIRECTOR DE RELACIONES PÚBLICAS | Horacio Quintana (horacio.quintana@lyrsa.com.mx)

EDICIÓN DIGITAL | Francisca Yollín

DIRECCIÓN DE MERCADOTECNIA | Víctor Hermosillo

DIRECTOR COMERCIAL | Marco Antonio Blasquez (marco.blasquez@lyrsa.com.mx)

GERENTE DE VENTAS Y PUBLICIDAD | José Antonio Prida (jose.prida@lyrsa.com.mx)

VENTAS | Miguel Ángel Escalona (ventas@lyrsa.com.mx)

ASISTENTE COMERCIAL | Ana Laura Guerrero

Ventas Publicidad 3872-2000 ext. 212

SUSCRIPCIONES Y TELEMARKETING | Citlalli Morales (citlalli.morales@lyrsa.com.mx)

(55) 38 72 20 77 o 49 llamada sin costo 01 800 08 76 797

PRENSA | Laura Otero

DISTRIBUCIÓN | Rosario García

GERENTE DE PRODUCCIÓN | Enrique Flores



EDITORIAL METROSEXUAL, UNA EMPRESA DE LYRSA EDITORES
HOMERO 909, POLANCO C.P. 11560, MÉXICO D.F.
TEL. (55) 38 72 20 00



PRAMER

PRAMER S.C.A. | Honduras 5522, Buenos Aires, Argentina Tel: 54-11-4778-5300

CEO | Alejandro Harrison

DIRECTORA DE CONTENIDOS | Lucía Suárez

DIRECTORA COMERCIAL | Elizabeth James

PRODUCTORA GENERAL ELGOURMET.COM | María Marta Massara

REPRESENTANTES COMERCIALES DE LA SEÑAL **elgourmet.com**

PRAMER MÉXICO

Elizabeth James
Ad Sales VP
Tel: (5255) 5284-2306
avisos.mexico@pramer.tv

ARGENTINA

Natalia Bidinost

Asistente de Ventas Internacionales
Comercial
PRAMER SCA
Tel: (5411) 4778-5300 int.7337
Fax: (5411) 4778-5316
Honduras 5663 - C414BDN
BUENOS AIRES - ARGENTINA
nbidinost@pramer.tv | http://www.pramer.tv

VENEZUELA

CC MEDIOS Y COMUNICACIONES, C.A.

William Castillo
william.castillo@ccmedios.com.ve
Dirección: Av. Principal de Macaracuay,
Multicentro Macaracuay, Piso 07,
Of. 08. Caracas-Venezuela
Tel: 58-212-256384

COLOMBIA

AD MEDIA LTDA
Dirección: Carrera 18C # 121-40 Of. 201
Bogotá
Teléfonos: (57) 619 2017 / 619 2003

CENTROAMÉRICA

MEDIOS INTERNACIONALES

Dario Godoy
89 av. Norte y Calle Al Mirador, World Trade Center
Torre 2 Of 301, San Salvador, El Salvador
Teléfonos: 2259 0806 / 2259 0807

elgourmet.com

© G. elgourmet.com MARCA REGISTRADA PROPIEDAD DE PRAMER S.C.A. Revista mensual 2007 editada por Editorial Metrosexual S.A. de C.V. con domicilio Homero 909 Col. Polanco, C.P. 11560, México D.F. Tel. 3872-2000. elgourmet.com México es una publicación de Editorial Metrosexual S.A. de C.V., bajo licencia otorgada por PRAMER S.A. con el número de reserva 04-2009-0807438700-102, otorgado por la Dirección de Reservas de Derechos del Instituto Nacional del Derecho de Autor. Certificado de Licitud de Título núm. en trámite; Certificado de Licitud de Contenido núm. en trámite, ambos expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas. Editor responsable: Fabiola de la Fuente. Distribuidor exclusivo en el interior de la República Publicaciones CENSA S.A. de C.V., teléfono 5238-0200 y en el Distrito Federal por: DEBACHO FERRER LÓPEZ Tel. 5238-0200. Impreso por Procel S.A. de C.V. Pascual Orozco 51 Barrio San Miguel Itzacol, ciudad de México 08640, Distrito Federal. Tel: 5590-2456. ADVERTENCIA: QUEDA ESTRUCTURALMENTE PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DEL MATERIAL EDITORIAL E INFORMACIÓN PUBLICADA EN ESTE NÚMERO SIN AUTORIZACIÓN POR ESCRITO DE EDITORIAL METROSEXUAL S.A. DE C.V. Esta es una publicación para todo público.

Salón de la Gastronomía Italiana

25 Marzo 2010

México, D.F.



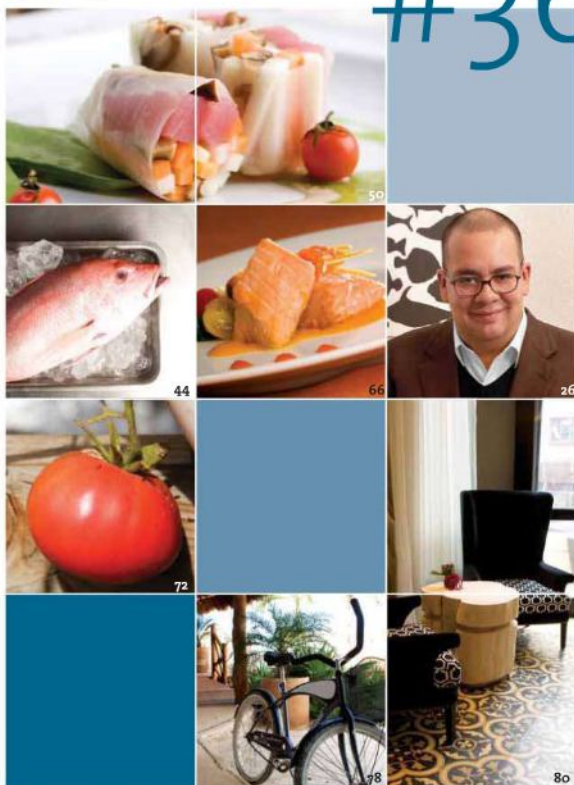
ITALIA 
Instituto Italiano para el Comercio Exterior

Informes: Tel. 55 - 52 81 39 50 y 57
www.gastronomiaitaliana.org

Entrada libre

CONTENIDOS

- 26 Nicolás Alvarado**
Un hombre que muestra no sólo su lado culto, sino también el lúdico a través de frases, historias y sabores contagiados por la vía de las palabras.
- 32 1000 sardinas de viaje submarino**
Crónica de un viaje a bordo de un barco sardinero por las costas sonorense.
- 42 Vida sana**
Expertos en nutrición nos revelan la faceta saludable de los frutos marinos.
- 72 Orígenes prehispánicos**
En las azoteas de la urbe yacen cultivos orgánicos donde se rescatan variedades exóticas de tomates.
- 88 Visita a Burdeos**
Un recorrido por los viñedos franceses, sus denominaciones de origen y sus vinos.



SECCIONES

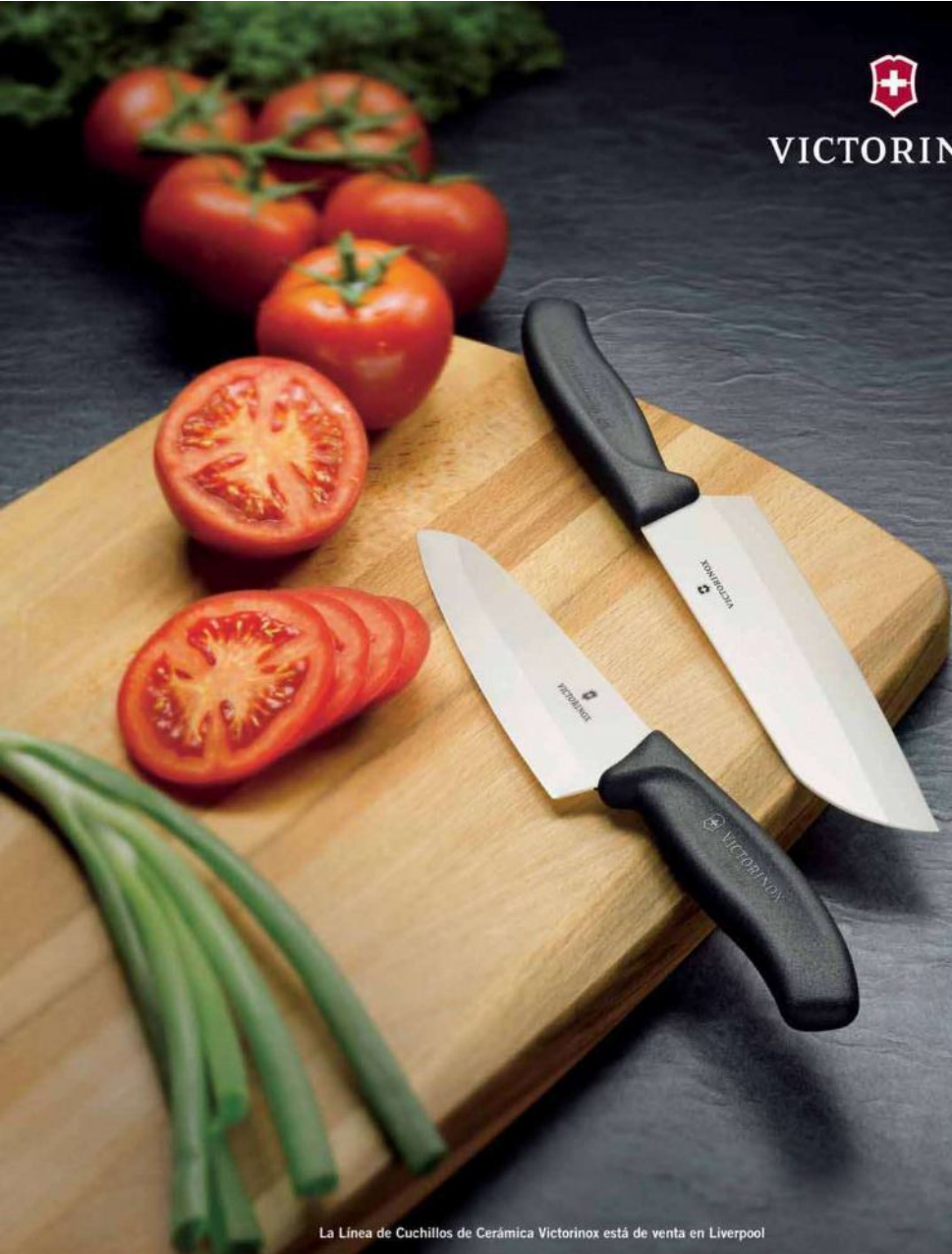
- 3 CARTA EDITORIAL**
- 8 NOVEDADES**
- 16 REVIEW: WA, THAI GARDENS, PANGA.**
- 22 BÁSICOS**
- 38 PERFIL GOURMET**
- 50 PRODUCTO DE TEMPORADA**
- 66 RECETAS**
- 82 GUÍA DE VINOS**
- 86 HORA GOLOSA**



Foto: Fernando Gómez Carbajal
Producción: César Casalone



VICTORINOX



La Línea de Cuchillos de Cerámica Victorinox está de venta en Liverpool

Victorinox México S.A de C.V.
Av. Hermanos Serdán No. 717 Col. San Rafael Poniente 72029 Puebla, Pue. 01 (222) 266 83 30 victorinox@victorinox.com.mx

NAVAJAS SUIZAS CUCHILLERÍA RELOJES EQUIPAJE MODA PERFUMES | WWW.VICTORINOX.COM.MX

Siempre a la vanguardia

Por más de 40 años Tupperware Brands México ha diseñado productos innovadores que ayudan a simplificar la vida, sorprendiéndonos con el Guarda Ajos, Tupper Chile, Tupper Aguacate, Tupper Banana, Manzana, Diverti Uvas y Tupper Cebolla. Ahora lanza un nuevo miembro de la familia y nos sorprende con Tupper Jitomate, novedoso accesorio que le ayudará a conservar la frescura y consistencia de los sobrantes de esta hortaliza, ya sea para preparar salsa, ensaladas o jugos. Además, posee un diseño vistoso y a la vanguardia que bien puede decorar la mesa al presentarlo como contenedor o al utilizarlo en la alacena para guardar todo tipo de especias. Con este nuevo invento, Tupperware nos demuestra una vez más que el límite es la imaginación.



Una nueva cara

Recientemente el restaurante Sikasso presentó su nueva carta de cocina mediterránea a cargo de la chef Ariana Charúa y el chef ejecutivo Jorge Méndez. Entre los platillos más destacados se encuentran los rollitos de pato al horno con ensalada rústica y queso de cabra con reducción balsámica de vino tinto; el carpaccio de res con salsa de queso de berros, manzana verde y láminas de queso parmesano, sin olvidar el plato de quesos mediterráneos a base de feta, cabra, shanlish (queso típico del Líbano), mozzarella fresca y ricota, entre otros. Cabe mencionar que un sábado de cada mes Sikasso ofrece a sus clientes clases de paella negra en su terraza. Av. de la Paz 57, col. San Ángel.



Intensifica su sabor

Durante la inauguración de la segunda edición de The Chocolate Experience, Chocolates Nestlé Gold presentó su nueva línea de tabletas que fueron diseñadas especialmente para maximizar la experiencia de saborearlas. Los creadores del Centro de Excelencia en chocolates de Suiza ensayaron arduamente con los mismos ingredientes y las más variadas formas con el propósito de crear una pieza cuyas líneas se adaptaran sutilmente al paladar. Este diseño modula el tiempo que el chocolate tarda en derretirse y en consecuencia intensifica y prolonga el sabor en la boca. La forma de éstos toca puntos exactos en el paladar y estimula las papilas gustativas que incrementan el placer que da el aroma y la textura.





Sabores reales

Recientemente la marca Knorr lanzó al mercado mexicano Knorr Botecito de Caldo, una nueva presentación que promete el auténtico sabor del caldo hecho en casa, con trocitos de vegetales y hierbas, sin conservadores ni colorantes artificiales, bajo en grasa y con un 25% menos de sodio, en sus dos variantes: pollo y tomate con pollo. El rendimiento de un botecito equivale a dos cubos de Knorr y es suficiente para preparar un litro de caldo o un platillo de cuatro porciones. Durante la presentación, se degustaron varios platillos como caldo de la milpa, sopa de fideo, brochetas de res, caldo de verduras con pollo, entre otros, todos ellos a base de este nuevo producto.

Acervo nacional



La casa editorial Ámbar Diseño y su equipo de trabajo recibió en París, Francia, dos Gourmand Awards a los mejores libros del mundo en el ámbito gastronómico por *Mezcal*, nuestra esencia y *Porque comer sigue siendo un placer*, que ya forman parte de una preservación de gran acervo cultural y significan un orgullo para México.



Bellopuerto

Julio Verne 89, Polanco
Del. Miguel Hidalgo
C.P. 11560
tel. 52 81 09 80

Muy español

Hace unos meses se dio a conocer la apertura de Jaleo, bar de tapas dirigido por el chef Pedro Martín Rodríguez, Javier Amesti, Coia Solá, Amanza Azpiri, y Carlos Bouso. Este restaurante ubicado en Polanco, y cuyo proyecto arquitectónico estuvo a cargo de SAI Arquitectura & Imagen, abre los domingos de 11:00 a 17:00 horas, y de lunes a sábado de 11:00 horas a medianoche. Entre sus especialidades se encuentran la chistorra de Navarra, tortilla española, ensaladilla rusa, callos con tomate y chorizo, así como sus espectaculares papas bravas, papas arrugas con mojo verde, gambas al ajillo, boquerones en vinagre, embutidos ibéricos, croquetas de jamón, langostinos a la sal, una gran variedad de vinos españoles, cerveza de barril, entre otras cosas.



New Art Xocolatl

Elaboramos coberturas de Chocolate a la medida y exigencia del Chef.



San Fernando 649 local 40, Col. Peña pobre de Tlalpan c.p. 14080, México D.F.
Tel 5666-9352, 5666-9358, contacto@newartxocolatl.com
www.newartxocolatl.com

Celebra sabores de México

El restaurante Los Danzantes cumple XV años y para festejarlo contará con la presencia de distintos chefs que a lo largo del año darán una muestra de sus platillos, técnicas y sazón personales. El calendario, que arranca en marzo y termina en noviembre, es realmente prometedor. Participarán chefs como Gerardo Vázquez Lugo, Margarita Salinas, Alicia Gironella, Alejandro Ruiz, Benito Molina, Olivia Alegría, Patricia Quintana, Ricardo Muñoz Zurita y Alejandra de la Riva, todos ellos encargados de varias de las mejores cocinas del país. Asimismo, contará con la participación al almón de las vinícolas Xecue, Dominio, Barón Balché, Monte Xanic, Casa de Piedra, Monte Fiori, Estación de oficios del Porvenir, Pedro Domecq, Casa Madero, Aborigen y Bodegas Santo Tomás. La celebración de Los Danzantes se antoja también como una reunión de la más espléndida cocina y viticultura mexicana de nuestros días.



Rones Premium

Bacardi presentó su Ron 8 años, una combinación de los rones más finos y complejos del mundo, añejados en pequeñas barricas de roble blanco, cuidadosamente seleccionados y elaborados en un clima cálido. Todos estos cuidados le brindan a Bacardi Ron 8 años una estatura y complejidad inédita en el mercado mexicano. Con este nuevo producto Bacardi pretende revolucionar la forma exquisita y glamorosa de tomar ron.

Conocer es no excederse



BACARDI®



Oaxaca presente

El restaurante Elago presentó su Festival de Gastronomía de Oaxaca con cocina autóctona del estado y una selección de las mejores recetas del chef oaxaqueño Alejandro Ruiz. La muestra fue de los platillos autóctonos, que se remontan a culturas indígenas locales, hasta las novedades de la cocina fusión, que combina elementos netamente oaxaqueños con los de la cocina mediterránea.

Algunos de los platillos que se presentaron fueron: memelitas de venado, tlayuda de tasajo, chile de agua relleno de cebiche dorado como entradas; sopas de frijolón con hierba de conejo y la tradicional de guías y elote; mole negro con pechuga de guajolote amarillo de venado estilo costeño, filete de huachinango dorado envuelto con tocino y salsa de hoja santa; y como postres *crème brûlée* de aguacate y *mousse* de chocolate oaxaqueño. La muestra se engalanó con una exposición de reconocidos pintores oaxaqueños.

OMICRON

STANDS



MOBILIARIO
COMERCIAL



ESPACIOS
COMERCIALES



IMPRESIONES
PROFESIONALES



OFICINAS
CORPORATIVAS



TAMBIÉN SHOWROOMS,
Y STANDS PORTÁTILES

www.omicronline.com

56.85.34.44 01.800.822.02.42

ventas@omicronline.com,

Esta vez por Haití

El pasado 15 y 16 de febrero la guía de restaurantes Queremos comer, com y Save the Children, organización independiente líder a nivel mundial en materia de infancia, se unieron para apoyar a los niños de Haití, gracias a la colaboración de los restaurantes participantes que donaron el 10% de su venta total durante estos días. Algunos de ellos son: Wa, Ligaya, Riedel Wine Bar, La Condena, La Bodega, Chin Chin, Asta Grill, La Cosa Nostra, Casa Portuguesa, Texas Ribs, Murasaki, Capicúa, entre otros.

Cocinero del año

Con gran éxito se llevó a cabo la cuarta semifinal de Cocinero del Año México 2009/2010 en Guadalajara, Jalisco el pasado 16 y 17 de febrero.

El ganador de esta semifinal fue Gerardo Sandoval Fernández, chef del restaurante Café des Artistes del Mar en Puerto Vallarta, quien también participará en la gran final de Cocinero del Año México. El ganador presentó sus innovadoras creaciones a lo largo de cinco horas a un jurado conformado por 10 chefs tales como Daniel Ovadia y Alfonso Cárdenas, entre otros. El menú constaba de una entrada de sopa de tomate blanco, un plato fuerte compuesto por bacalao zarandeado y *crème brûlée* de guañabana como postre.



Tradición y gusto internacional

En la celebración de los centenarios de México, la chef Alicia Cironella y la sub chef Ana María Arroyo dieron inicio a la primera muestra gastronómica llamada "Platillos con herencia y tradición", a cargo del chef Gerardo Vázquez Lugo en el restaurante Tajín. La muestra estuvo presidida por platillos fusionados con ingredientes mesamericanos, españoles y asiáticos, como parte de nuestro patrimonio cultural de la cocina de hoy día. Asimismo, el chef recreó platillos de antiguos recetarios familiares del siglo XIX y presentó otros más en su restaurante Nicos de México y Querétaro.

Un pizza de sal y pimienta

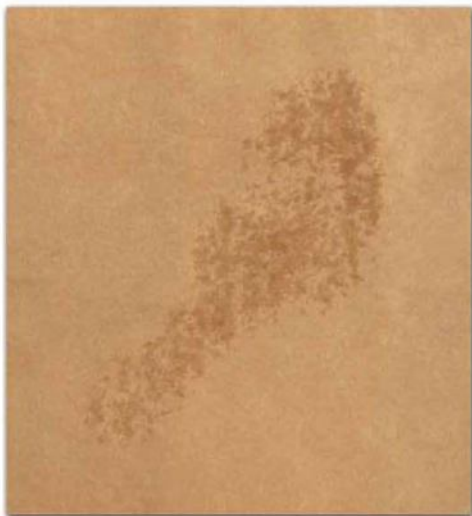
La marca Peugeot presentó sus nuevos molinos de sal y pimienta bajo el nombre de "Madras". Fabricados con una interesante asociación de madera teñida y acero inoxidable y 16 centímetros de alto, le da un toque de elegancia y practicidad al mismo tiempo. Los modelos presentan un innovador sistema que permite rellenar el molino con mucha más facilidad, ya que cuenta con un tapón magnetizado en lo alto del mismo. Asimismo, tiene un mecanismo de molienda que permite ajustar la rutina de su molino de pimienta o sal, entre un polvo fino o más grueso según sea la necesidad.



COCINAR CON TANTA GRASA NO ES BUENO.



PAN MOLIDO *



EMPANIZADORES *Kellogg's*

Mejor cambia a los empanizadores Corn Flakes y al nuevo All Bran® de Kellogg's®, porque absorben menos grasa que otros.

¡PRUÉBALOS YA!



COME BIEN

*Reporte del estudio comparativo entre empanizadores de Corn Flakes y All Bran® de Kellogg's® y pan molido o galleta molido.



El exquisito paladar de Don Porfirio

POR ARQUEÓLOGO RICARDO RINCÓN HUAROTA

ILUSTRACIÓN: OLIVER LEÓN

Hace algunos años llevé a un grupo de turistas nacionales a conocer el Castillo de Chapultepec. Con ojos de admiración los visitantes observaban sus lujosos salones y amplias habitaciones. Pero lo que más interés despertó en ellos fue el elegante comedor que aloja en el centro una espléndida mesa de caoba.

De pronto, mi explicación sobre los detalles de este espacio, el mobiliario y sus afortunados ocupantes a lo largo de la historia, fue abruptamente interrumpida por una de las señoras del grupo, que dirigiéndose a todos y a nadie en especial exclamó: ¡Imaginense cómo hubiera lucido la mesa bellamente engalanada para las grandes ocasiones con fina mantelería, cristalería y candeleros; y ver además en torno a ella a Don Porfirio, acompañado de distinguidas personalidades, catando selectos vinos y degustando deliciosos platillos! ¡Cómo me hubiera gustado vivir en esa época para asistir a una de esas recepciones de ensueño!

Tales palabras, que seguramente la dama escuchó de su madre y de su abuela, me llevaron al instante a reflexionar sobre la bien ganada fama de la que goza Porfirio Díaz, aún 100 años después, por sus gustos sibaríticos y la proclividad que tuvo para realizar fastuosos acontecimientos durante el periodo que gobernó el país entre finales del siglo XIX e inicios del veinte.

Con el ánimo elevado, la visitante prosiguió diciendo que los exquisitos hábitos culinarios del General Díaz, provenían de la gran fascinación que sentía por la gastronomía francesa, por lo que promovió la llegada a México de reconocidos chefs franceses. En esos años, continuó la señora haciendo un gesto facial con aire aristocrático, "lo francés" tenía encanto, un *savoir-faire* que era sinónimo de elegancia y progreso.

Apoderada ya del uso de la palabra, y yo escuchando en respetuoso silencio, la distinguida dama habló de los banquetes oficiales organizados por los chefs franceses en honor de representantes diplomáticos, empresarios extranjeros y ricos hacendados. Por fin intervine para mencionarle que no olvidara que los propios cocineros galos consentían a los más exigentes paladares en sus propios restaurantes, tales como La Maison Dorée, el Sylvain y el Chez Montaudon. Además, referí que los menús eran redactados en francés y el comensal que era capaz de leerlos elevaba su estatus.

Quise aprovechar ese momento para dar por terminado el recorrido que se había alargado, no sin dejar de comentar al grupo que el afancesamiento culinario en México alcanzó su punto máximo en 1910, durante la celebración de los 100 años de la Independencia. El festejo incluyó los hoy denominados Banquetes del Centenario en los

que se ofreció a cientos de invitados especiales una amplia variedad de platillos de la cocina francesa. La comida mexicana, por su parte, estuvo reservada a la gente del pueblo que durante la celebración fue agasajada con barbacoa, tamales, atole y mole de guajolote.

Sin embargo, contra lo que pensé, y fue ahí donde comprendí el porqué de sus constantes intervenciones, nuestra señora volvió a la carga diciendo con orgullo que unos antepasados suyos fueron invitados a la cena-baile más sobresaliente efectuado en Palacio Nacional el día 23 de septiembre de 1910. De hecho, su familia había conservado la invitación para el baile y el menú de la cena de gala el cual nos recitó de memoria, faltaba más, en estricto francés:

- *Consommé Riche*
- *Petits Patés à la Russe*
- *Escalopes de Dorades à la Parisienne*
- *Noisettes de Chevreuil Purées de Champignons*
- *Foie Gras de Strasbourg en Croutes*
- *Filets de Drinde en Chaud Froid*
- *Paupiettes de Veau à l'Ambassadeur*
- *Salade Charbonniere*
- *Brioche Mousseline Sauces Groseilles et Abricots*
- *Glacé Dame Blanche*
- *Desserts*
- *Café-Thé*
- *Jerez Fino Gaditano*
- *Chablis Moutonne*
- *Mouton Rothschild 1889*
- *G.G. Mumm & Co. Cordon Rouge*

Despedí a los visitantes en la explanada del Alcázar, en donde abordaron el pequeño autobús que los llevaría de regreso a su hotel. Atravesado por la singular y larga visita, había decidido bajar caminando por la rampa que lleva hasta el Bosque de Chapultepec. Durante el trayecto, recordé que la gala del 23 de septiembre de 1910 fue uno de los últimos acontecimientos sociales en los que participó Porfirio Díaz, ya que un par de meses después estalló el movimiento revolucionario que lo derrocó y a la postre lo exilió de México, precisamente en Francia.

Imaginé que el viejo dictador, instalado hacia 1915 en su departamento de París, cansado y enfermo, quizá recordaría con nostalgia los magnos eventos en los que mostraba sus atributos de gourmet consumado. Pero también, tal vez secretamente, rememoraría sus años mozos como militar y hombre de rudos modales, cuando se alimentaba con tamales y mole oaxaqueños, menudo y tacos de tripa gorda que sólo hubiera podido volver a saborear en el país que dejó atrás, en el México de sus recuerdos. ■





Wa El sol naciente

Traducido al español, la palabra japonesa Wa significa armonía, paz y tranquilidad. Fiel a su nombre, este restaurante confiere a los comensales un ambiente relajado, el cual puede percibirse desde el momento en que se escucha el correr del agua que cae de la fuente que los recibe. Con un estilo que evoca instantáneamente la cultura de oriente, Wa propone una experiencia culinaria extrasensorial para aquellos cuyas pasiones gastronómicas son las más exigentes.

Independientemente de las 18 impresionantes planchas de Teppanyaki que posee, Wa está conformado por varios espacios distintos que lo vuelven un lugar por demás versátil. Así, algunos pueden disfrutar de una tranquila velada en la habitación

privada, la cual es capaz de albergar hasta 12 invitados. Pero la terraza del lugar también es una excelente opción; aquí, el bar y el restaurante se funden en un mismo espacio y envuelve a los visitantes en una burbuja que permite olvidar la transitada zona en la que se encuentra este sitio. Ya instalados, nada mejor que un martini elaborado con sake y lichi para abrir el apetito.

Comenzar por disfrutar un plato con edamame, se ha vuelto una costumbre mucho más común en cualquier lugar cuya especialidad es el sushi. Por eso el chef, Uriel Ramírez, se atreve a experimentar con esta idea y propone una crema de edamame como sugerencia; la mezcla entre la caprichosa textura del masago y el suave sabor del frijol de soya en crema, vuelven este

DATA

Wa
Insurgentes Sur 1843
Col. Guadalupe Inn
Tel. 5662-0262

platillo un original y delicioso preámbulo. Aunque, si lo que se desea es compartir alimentos para disfrutar distintos manjares, es mejor pedir una variedad de rollos; la carta de Wa despliega opciones múltiples para complacer prácticamente a cualquiera. Un Hanna Maki relleno de aguacate, pepino y queso crema, cubierto con finas rebanadas de atún, salmón y robalo, es un



LA COCTELERÍA ES UNA DE LAS ESPECIALIDADES DEL LUGAR.

ejemplo de perfección. Para aquellos que apetecen algo más fuerte, quizás en el Kabuto hallarán un maki idóneo; espárragos, aguacate y queso crema envuelven un jugoso trozo de rib eye, con guarnición de salsa tampono y soya dulce.

Conforme van disfrutándose las entradas, uno puede apreciar el espectáculo que



DECORACIÓN MINIMALISTA MUY EN TENDENCIA ORIENTAL MODERNA.

POR ALLAN GLATT
FOTOS: VICTOR AYALA

realizan los cocineros. No es más que un ritual que se suscita en la plancha y que culmina con un platillo perfectamente configurable y personalizado, luego de consultar el tipo de ingredientes que prefiere quien lo va a comer; éstos desfilan poco a poco en la ardiente plancha, hasta alcanzar el punto exacto de cocción. Como se trata de un proceso artesanal y delicado, se recomienda que se lleve a cabo durante la degustación de las entrées.

Los detalles pululan en este sitio, gracias a la gran selección de ingredientes extra para alcanzar una configuración específica, de acuerdo al gusto del visitante; como ejemplo, están los Hongos Shitake, cuyo intenso sabor combina perfecto con la carne, piña u otras frutas recomendadas para acompañar los mariscos.

Como cereza en el pastel, Wa ofrece una variedad de 15 tipos de sake. Ya sea frío o caliente, el personal está perfectamente calificado para recomendar la mejor alternativa para escuchar un platillo. En suma, la bebida de arroz es perfecta para el maridaje, aunque si se tiene un gusto mucho más convencional, existe la opción de elegir varios tintos de primera gama.

Al final, el restaurante se erige como un referente obligado de la comida japonesa en la ciudad de México, sobre todo entre tantas opciones del segmento; no sólo por la exclusividad del servicio, la ambientación del lugar o las delicias que ofrece, sino por la experiencia en la que los comensales acaban envueltos: la perfecta ruta gastronómica a oriente. ●



UNA DE LAS SORPRESAS DEL LUGAR SON SUS POSTRES.

Thai Gardens

Sabores del reino de Siam

La zona de Polanco en la ciudad de México tiene la capacidad de transportarnos a lugares lejanos sin necesidad de visas o pasaportes, y en esta ocasión quise visitar el mítico reino de Siam. Entré al pequeño recibidor del restaurante Thai Gardens y en un abrir y cerrar de ojos me sentí en el sudeste asiático. Amablemente me recibieron con una sonrisa y un “wai” (una sutil reverencia que realizan juntando las manos).

La decoración del lugar es típicamente tailandesa; aquí convergen las maderas oscuras, los colores dorados, agua y flores, “como las orquídeas colocadas en un pequeño florero en cada mesa”, el buda dorado y alargado en un iluminado patio, así como la flor de loto que adorna el logo del lugar.

Cuando estuve en Tailandia, debo confesar que rompí con mis paradigmas occidentales y adquirí el gusto por su estética limpia y por su comida exótica, en la que hacen gala de ingredientes no tan desconocidos para nosotros como el té limón, la albahaca, la leche de coco y el chile, pero en preparaciones novedosas. Sus combinaciones son excitantes al paladar: abundan los platillos ligeros con fuertes componentes aromáticos, en el que el balance de los cinco sabores fundamentales (picante, ácido, dulce, salado y amargo) se integra a la perfección.

En esta ocasión visité el restaurante con mi amiga Cristina, quien también es fanática de la cocina de la región. Era un día entre semana a la hora de la comida y en el lugar interactuaban algunos hombres de negocios y un par de mesas grandes que parecían celebrar algún cumpleaños.

Inmediatamente apareció una amable mesera, quien nos dejó la carta de cocteles y el menú, y aunque no pedimos ninguno, la extensa y novedosa cantidad de cocteles sí nos provocó más de un antojo.



LOS CURRYS SON UNA DE LAS ESPECIALIDADES DEL LUGAR. ABAJO: MANGO CON ARROZ GLUTINOSO Y COCO.



Una vez seleccionada nuestra comida, inspeccioné la extensa carta de vinos, especializada más en tintos que en vinos adecuados para maridar con el menú, cuestión comprensible por la preferencia del comensal promedio, quien gusta de acompañar sus comidas con este tipo de vinos. Estu-

DATA

Thai Gardens
Calderón de la Barca 72
Col. Polanco
5281-3850

ve a punto de optar por pedir una cerveza, que también es un maridaje recomendable, cuando encontré un Prosecco di Valdobbiadene de la casa Santa Margherita (\$350). Un espumoso italiano de color paja, con aromas a flores y a durazno y sabor dulce en boca, que resultó ser el maridaje ideal. Sin embargo, mientras revisaba la carta, había algo que me impedía que me sintiera totalmente transportada en mi viaje, y ahí fue cuando me di cuenta: la música ambiental, con melodías en español de los ochenta me regresaban al D.F.

Para empezar, pedimos una entrada Thai Gardens (\$128) compuesta por una variada degustación de pequeños bocados. Presen-

POR ANA SALDAÑA
FOTOS: FERNANDO GÓMEZ



CAMARONES EN SALSA AGRIDULCE.

tados con esmero, probé una deliciosa pasta delgada con sabores a ajonjolí. Una brocheta de pollo acompañada de una rica salsa de cahuate. Una fritura de cangrejo, ligera y crujiente. Un rollo frito de pasta delgada el cual evidenció haber sido el primero en ingresar a la freidora, ya que había absorbido grasa de más. Además un *dumpling*, una pequeña bolsita rellena de carne molida de cerdo especiada y después hervida, la cual estaba ligeramente sobrecocida. Todo esto, acompañado de salsas picante y agri dulce.

Después la mesera nos trajo una Tom Yam Khum (\$103). Una sopa característica de esta región, que consta de un ligero caldo con sabores agri dulces, acompañada de camarones, hongos y aromas de té limón. El caldo estaba delicioso, sin embargo me sorprendió ver que los tradicionales hongos tailandeses habían sido reemplazados por champiñones, lo cual, para mi gusto, hacía que su costo fuera un tanto excesivo.

Después llegaron a la mesa nuestros dos platillos principales en pequeñas ollas de cobre: un delicioso y expertamente preparado curry verde con carne de res (\$169),



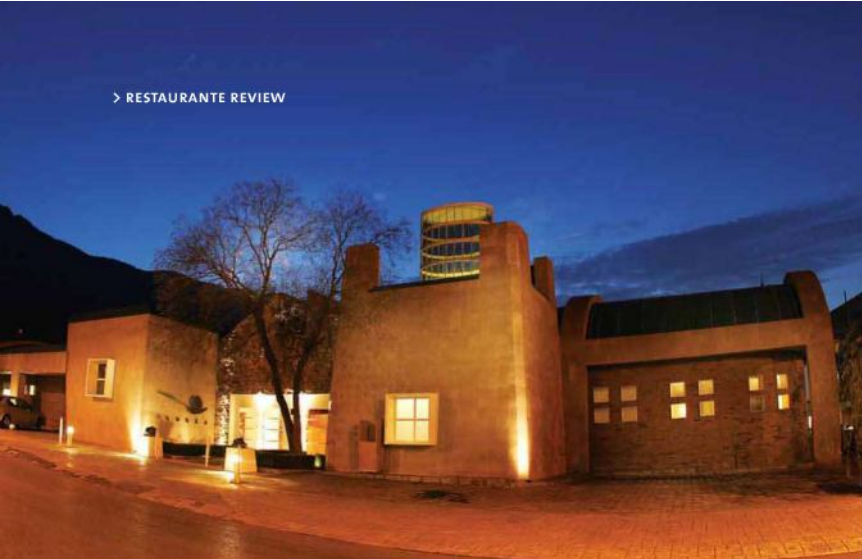
elaborado con leche de coco, chiles verdes y sazonado con albahaca; y un pato (\$193) preparado con especias y salsa de tamarindo que estaba bueno a secas. Para acompañar los platillos principales, pedí un arroz aromático (\$30), y cuando llegó a la mesa, esperaba aspirar los aromas del fragante grano, también conocido como arroz jazmin, sin embargo éste no cumplió con la expectativa.

Cualquier desencuentro que pudiera haber tenido con el arroz, se disipó al probar mi postre favorito: arroz glutinoso con coco y mango (\$78). Armonía total lograda por la dulce ligereza del coco y la acidez del

mango, enmarcadas por un arroz cremoso debidamente azucarado.

En conclusión, Thai Gardens es de los pocos lugares en la ciudad que ofrece la oportunidad de degustar esta exquisita comida en un ambiente agradable con un servicio de primera. Sus sabores definitivamente lo transportarán al sudeste asiático. Sin embargo, considero que por el precio me hubiera gustado ver más ingredientes auténticos y así poder vivir la experiencia en su máxima expresión y viajar a través de la comida al reino de Siam.

Cuenta con zona de fumar y no fumar y valet parking. ●



Pangea

Un regio soberbio

Es difícil imaginar la realidad gastronómica de Monterrey en 1998 cuando Pangea abrió sus puertas. Casi imposible creer que la ciudad más moderna del país no estuviera a la par de la novedosa gastronomía mundial del momento.

Amado con pasión e infranqueable voluntad de ofrecer sólo productos de calidad, el chef Guillermo González Beristáin, propietario del restaurante, simplemente le cambió la fisonomía y el paladar de Nuevo León.

Pangea es la base de un emporio creado con la misma fórmula, hoy el Grupo Pangea engloba ya seis conceptos: restaurantes, una empresa de helados (Vía Láctea), una tienda de vinos dedicada sólo a etiquetas nacionales, un servicio de catering y una muy seria escuela de cocina, que suma ya varias generaciones de egresados.

González Beristáin, oriundo de Ensenada, Baja California, tras concluir sus estudios profesionales en el prestigioso Culinary Institute of America, pasó una temporada en el



MAKO MOSTIZADO EN VERDE.

sur de Francia donde se marinó en los secretos del sabor y la cocina de mayor tradición. Luego de algunos meses al frente de Banquetes Ambrosía en el Distrito Federal, realizó un cambio total de vida. El resultado fue Pangea, espacio que representa la comida que siem-

pre quiso preparar, no es evolutiva ni vinculada con algún país o tendencia, simplemente son sus gustos y su visión de las cosas.

El local, ubicado en una de las mejores zonas de Garza García (municipio próximo a Monterrey), es lugar de encuentro ideal



LA DECORACIÓN DEL LUGAR ES SOBRIA Y ELEGANTE, MUY AD HOC PARA LA ZONA

POR ALEJANDRO ZÁRATE
FOTOS: CORTESÍA PANGAEA

DATA

Pangea
Bosques del Valle 110-20
Col. Bosques del Valle 66250
Garza García, N.L. México
Tel: (81) 8356-5612/ 8378-0412

Para explotar al máximo el sabor de los elementos, un simple muslo de pollo cocinado al vacío (\$175), se condimenta con queso Ramonetti de Ensenada de sabor intenso y se acompaña de un curioso toque de consomé caramelizado; la guarnición, papas aligoté.

Los pescados pueden llegar a su máxima expresión en Pangea, el mako rostizado en verde (\$225), se acompaña de puré de pepitas y chile poblano, tomatillo y tomillo. El complemento, un mojo de alcázaras. Sobra mencionar la depurada técnica y perfecta cocción.

El norte sin carne no sería lo mismo, la versión 2010 del New York Steak (\$265) se cocina al vacío y se presenta con una esfera de queso Linares, un homenaje a los ingredientes locales. Impensable no acompañar semejante manjar con salsa borracha. Tan suave como una barbacoa.

Con los postres no se recupera el alienígena. Ingredientes conocidos, sabores simples y bien definidos. Primero un pastel de tres leches dorado con helado de queso de cabra (\$88) y luego un bizcocho de cacao con helado de caramelo salado, cremoso de vainilla de Papantla y un caramelo de pimienta rosa (\$125). Ambos excepcionales cierres.

La carta de vinos no puede ser menos espectacular, una amplia selección del mundo y un destacado y emotivo énfasis en los vinos de la tierra natal del chef. Cuentan también con Pangea, el vino de la casa, que en sus cosechas más recientes ha sido elaborado por Casa Madero en Coahuila. El proyecto enológico y personal del chef, en plena consolidación, es Mariatinto, un vino que en su añada 2007 ya presume cosecha propia y más congruencia que nunca en su calidad y precio.

Por fortuna en el caso de Pangea no hay controversia, nadie imputa el hecho de que éste es el mejor lugar de Monterrey y, por supuesto, también está en el Olimpo de los mejores restaurantes del país. ●

para reuniones de trabajo; cuenta con zonas privadas, un cómodo bar y un comedor que se convierte cada tarde en una gran tertulia entre hombres de negocios. El fin de semana la sensación es algo más familiar.

El menú es siempre sorprendente, algunos platillos han hecho historia. Entre las novedades están los callos de hacha a la sartén con emulsión de lima y una escalopita de foie gras que lo corona (\$195), además de la impresionante delicia que significa la unión de estos dos grandes ingredientes, el toque aromático de la lima y el grandioso ahumado del chipotle engrandecen los sabores.

La crema de calabaza de invierno con pesto de salvia y chile serrano (\$90), no siempre disponible, luce en el camino algunos tropiezos de pan de cebolla. La unión de notas tan intensas como la salvia y el chile se concilian con la tersa sensación que regala la calabaza.

Un platillo para aventureros es el medallón de mollejas de ternera (\$125), una de esas recetas que recuerdan la influencia francesa del chef. Como guarnición un sensacio-



RACK DE CORDERO CON SALSA DE QUESO RAMONETTI.

nal mil hojas de hongo duraznillo de sabor casi tan complejo como la molleja.

Las técnicas de vanguardia nunca son el protagonista en la cocina de González Beristáin pero sí el uso inteligente de las mismas.

En la alacena



Varitas de azúcar cristalizado con sabor amareto

Diez varitas de azúcar cristalizada de la marca Dryden & Palmer, ideales para café o té. Están hechas con caña de azúcar 100% natural y un toque de amareto que da un sabor especial a

cualquier bebida. El azúcar cristalizado está montado con palitos de madera y al entrar en contacto con la bebida caliente se disuelve.

\$150

Escamas de sal marina con curry

Estos cristales únicos en forma de pirámides se cosechan a mano de la superficie del agua en primavera, en la provincia de Cádiz. Son bajos en cloruro de sodio y altos en oligoelementos esenciales como el magnesio. Su sabor es superior a la sal común y su forma dará un acabado especial a sus platillos. Estas escamas son el final perfecto para todas las carnes a la parrilla, ensaladas, pescados y platos de mariscos.

\$260 pesos



Tomillo Aux Anysetiers du Roy

Tomillo 100% puro recogido en Haute Provence, Francia. Es ideal para cocinar y asar carne de ternera, cerdo, cordero o embutidos. También se puede utilizar en salsas y condimentos para ensaladas.

Aux Anysetiers du Roy fue un restaurante situado en los antiguos barrios de París, cerca de Notre Dame, especializado en cocina provenzal, célebre por su utilización de aceite de oliva, hierbas aromáticas, ajo, etcétera. Celebrities como Salvador Dalí, quien firmó una pequeña vasija Provence

hierbas, así como Brigitte Bardot y Jerry Lewis visitaban este lugar. Al final de su cena, a cada cliente se le ofrecía un pequeño regalo: una pequeña vasija de barro con alguna especia, que ahora se encuentran a la venta.

25 gramos
\$180 pesos

En la cocina



Fondue de hierro colado, Le Creuset

Esta fundidora fabricada en hierro colado distribuye el calor de una forma rápida y homogénea y lo conserva por mucho tiempo. Durante su proceso de fabricación, es esmaltada con el fin de evitar que se peguen los alimentos al

cocinar y así también facilitar el lavado. Contiene seis tenedores con código de color. Ideal para preparar ricos *fondues* de carne, queso y chocolate.

\$3,990



Báscula Dolly Guizzini

Su material de acrílico la hace higiénica y fácil de mover. Es muy precisa y la originalidad de su diseño italiano y los colores vivos en que se presenta llaman mucho la atención. Su práctica cúpula se voltea para guardarla y ahorrar espacio.

\$838

Bateria Yellow Silit

Las piezas están hechas de acero vitrificado y esmaltado, material que ayuda a propagar el calor y lo hace resistente a cualquier temperatura. Sus atractivos colores iluminarán y darán vida a su cocina. Son tres ollas con tapa de cristal y una de plástico hermética.

3 pzas. \$5,680



Productos disponibles en Casa Palacio Antara Polanco 91383750. www.casapalacio.com.mx

En la mesa

Tazón con canasta

Recipiente multiusos de porcelana con rejilla de mimbre color chocolate que da un toque de elegancia a la mesa. De la marca Objects d'art, uno de los mejores proveedores de artesanías en la India que trae productos hechos a mano y originales.

\$315



Molino sal y pimienta Peugeot

Los condimentos son un aliciente básico para hacer de los platillos algo especial. Peugeot pensó en esto y presentó estos molinos de sal y pimienta de 16 cm de alto fabricados con una interesante asociación de madera y acero inoxidable, dándole un toque elegante y chic al mismo tiempo.

Molino sal \$929

Molino pimienta \$1,100



Plato base de latón

Atractivo plato de latón con un diseño muy especial y original. Es perfecto para ponerlo al centro de la mesa o utilizarlo como base para alguna vajilla. Un producto hindú de Objects d'art que reúne las cualidades necesarias para decorar y ser útil en cualquier mesa.

\$289

Productos disponibles en Casa Palacio Antara Polanco 91383750. www.casapalacio.com.mx

Porque **cocer** no es lo mismo que **asar**

Si eres de las personas que cocina todo en un mismo sartén,
visita www.ccasandra.com y descubre nuevos productos que te
ayudarán a sacarle el mejor sabor a tus alimentos.



 **NINA**

Pescadera de aluminio anodizado con antiadherente



Servicio a clientes: 01 800 700 8383
www.ccasandra.mx

Casandra®

Más que un accesorio para tu cocina



JOVEN RENACENTISTA, ICONOCLASTA DOTADO DE UNA PRODIGIOSA MEMORIA Y GRAN CULTURA, CARISMÁTICO Y GRAN CONVERSADOR, RESPONDE A CADA PREGUNTA CON ORACIONES, RIQUÍSIMAS, LLENAS DE ANÉCDOTAS Y REFERENCIAS. NICOLÁS ES UN HOMBRE DE MEDIOS, ESCRITOR, DIRECTOR DE TEATRO Y CONDUCTOR DE PROGRAMAS DE RADIO Y TELEVISIÓN, UN HOMBRE QUE SABE VIVIR Y DISFRUTAR LA VIDA.

Nicolás Alvarado

De formas, letras y sabores

POR ÉDGAR FERNANDO CRUZ
FOTOS: FERNANDO GÓMEZ CARBAJAL

Nos reunimos a comer en el restaurante Sikasso en Av. de la Paz 57 en San Ángel, un sitio de cocina mediterránea con toques franceses. Acompañamos nuestra charla con ensalada verde, sopa de mejillones, medallones y vino tinto.

EFC: Tu inicio en los medios fue desde muy joven en ABC Radio...

NA: Sí, hablaba de los grandes hoteles del mundo. Yo tenía catorce años, había nacido en una familia dedicada desde hace tres generaciones a medios de comunicación, y un verano mi madre ya no sabía qué hacer conmigo, así que me invitó a trabajar con ella como asistente de producción, pues dirigía ABC Radio en aquella época. Ese trabajo me gustó mucho y creí que quería ser hotelero, pero la realidad es que quería ser escritor. Me gustaban mucho las anécdotas que se contaban acerca de los grandes hoteles del mundo, El Plaza de Nueva York, El Savoy de Londres, el de Marrakech, el Alvear de Buenos Aires; tenía mucha bibliografía al respecto y me pareció que había que hacer una sección en ABC Radio sobre ello ¡me divertía mucho! Ahora, 20 años después, reviví esa sección para la revista *Vuelo*, donde tengo una columna sobre este mismo tema.

EFC: En ABC Radio compartías cartel con José Arreola...

NA: Bueno, compartí muchas cosas con él. José Arreola fue un amigo muy querido de mis padres. Mi padre, Miguel González Abelar, fue su secretario particular en los



ENSALADA MIXTA CON QUESO BRIE Y ADEREZO DE FRUTOS ROJOS.

años que fungió como director de la Casa del Lago, y mi madre fue su compañera de trabajo en Canal 13, cuando todavía pertenecía a la televisión pública. Arreola fue una presencia muy cercana en mi infancia; mi mamá y él seguían trabajando juntos a esas alturas en la radio. Él fue no sólo una influencia literaria determinante, sino una puerta a muchos autores, a muchos referentes, fue alguien a quien quise entrañabilísimamente.

EFC: Imagino que también te inundaste de todas esas historias al escuchar a Arreola, a tu padre, a tu madre y entraste a un mundo fantástico.

NA: ¡Absolutamente! Siempre fui un niño muy lector; nací en una casa en la que había muchísimos libros. Aclaro que no era

nerd, había demasiados estímulos encontrados en mi familia. Por ejemplo, en mi casa había ediciones hermosísimas de la Divina Comedia, del Quijote con ilustraciones de Doré, *Demian* de Herman Hesse y libros de psicología, desde las obras completas de Freud hasta cuestiones de neurofisiología. Pero también estaba la revista *Cosmopolitan*, a la que mi mamá estaba suscrita, y a la cual le debo la base de mi educación sexual... o de mi mala educación sexual, pues yo la leía impunemente. Cada domingo mi madre me llevaba a comprar cómics de Editorial Novaro al puesto de periódicos, así que tampoco crecí en una suerte de torre de marfil, donde sólo nos dedicáramos a leer a Joyce y a Shakespeare. Nací en un hogar en donde ha-

bía un interés dinámico por la cultura, un interés que estaba vivo y además señalado por la cultura popular y culta. Afortunadamente crecí en un hogar que tenía la relación que yo tengo hoy con la cultura.

EFQ: ¿Qué representa para ti la cultura?

NA: Yo creo que la cultura es lo que nos diferencia de los animales, es decir, es lo que hace que seamos seres que van más allá de la subsistencia. Creo que cualquier posibilidad de trascendencia está en la cultura, cualquier posibilidad de elevación del espíritu, y cuando digo elevación del espíritu no quiero decir que nos haga mejores personas, sino personas más complejas. La cultura nos permite divertirnos más o perturbarnos más o volvernos más siniestros, o más lúdicos o mejores. Yo creo que alguien que no tiene una relación activa con la cultura, vive, por decirlo de alguna manera, una sub-existencia, es decir, es alguien que simplemente sobrevive. Aquello que hace que la vida sea al mismo tiempo disfrutable y terrible es la cultura.

EFQ: ¿Cuáles son tus bellas artes preferidas? ¿Cómo te relacionas con ellas?

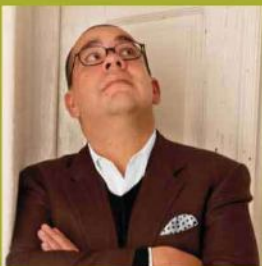
NA: Bueno, la única que sé ejercer, digamos con mediana solvencia, muy mediana solvencia, es la literatura. Escribo desde muy joven, no sabía que quería ser escritor, yo creía que quería ser director de cine, hotelero... pero en el camino descubrí que no, que lo que realmente quería era ser espectador de cine y escribir sobre él. Otra de las bellas artes que también tiene una relación poderosísima conmigo es la arquitectura, coqueté cinco minutos con la idea de ser arquitecto...

EFQ: Eres arquitecto frustrado...

NA: ¡Huy, pero frustradísimo...! Tengo dos pequeños detalles, no sé dibujar y estoy negado para las matemáticas. Lo que pasa es que a mí la gran arquitectura me da una sensación de perfección, de orden. En otras palabras, las experiencias probablemente más conmovedoras que he vivido han sido a la luz de la arquitectura, ésta tiene un influjo mágico sobre mí.

EFQ: ¿Eres espiritual?

NA: Espiritual es una palabra que no me gusta nada, probablemente porque yo soy un agnóstico por definición, no creo ni en mí mismo. Soy un moralista, creo que en el me-



“No sé si soy espiritual... es una palabra que no me gusta nada. Soy agnóstico por definición, no creo ni en mí mismo.”

nor sentido de la palabra, como alguien que aspira a la ética; soy también un esteta y no un esteta vacío, sino alguien que cree que la estética debe ser moral. Si eso es espiritual, entonces a lo mejor sí soy espiritual.

EFQ: ¿Cómo es tu relación con lo femenino?

NA: ¡Neurótica! He vivido toda mi vida rodeado de mujeres muy fuertes, muy inteligentes, muy guapas, con mucho carácter, a las que, digamos, he temido y adorado simultáneamente, incluida y en primer lugar mi esposa, pero también mi madre, mi abuela, jefas, amigas... soy la víctima propiciatoria idónea de las mujeres. Las mujeres

me parecen asimismo seres superiores a los hombres, infinitamente más complejos, pero también infinitamente más terribles y más peligrosos. De manera que hay una relación, digamos, de arrobamiento aterrado. Y claro, no hay nada más interesante que una mujer de buen comer...

EFQ: ¿Cuál es tu relación con la cocina?

NA: Bueno, contrariamente a lo que podría parecer, no soy un tragón, nada más tengo un mal metabolismo, no soy alguien que coma mucho. De hecho alguna vez me sentí casi emaculado, porque en una cena de parejas, de amigos cercanos, todas las mujeres comentaron que de todos los hombres el que menos comía era yo... es como que te digan que la tienes chiquita.

Soy un hombre antojadizo y eso no ayuda mucho. Como menos que la mayoría, pero si pienso en las cosas que como, éstas en general tienden a no ser lo más sano del universo, aun cuando siento una debilidad por los vegetales. Mi condición tiene que ver más bien con un paladar más o menos educado, discriminatorio, entusiasta, y que no se deja dominar fácilmente por la razón o la sensatez, más

que con que sea yo un avorazado. Nací en una familia con muchas restricciones alimentarias, mi familia come poca sal, poca grasa, tratan de cuidarse, sin embargo hay un aprecio por la buena cocina y por la buena mesa, lo cual se manifestaba en la propia cocina de mi abuela. Ella era una estupenda cocinera de platillos mexicanos, venezolanos y europeos, sin mencionar su extraordinaria repostería. Quizás mi primer acercamiento a la buena cocina fue a través de ella. Además tengo una familia muy restaurantera, por lo que desde niño comía en restaurantes cuando menos una vez a la semana; había verdadero gusto por descubrir nuevos lugares y nuevas cosas en los menús de los restaurantes. Creo que eso tuvo mucho que ver en mi formación, y más adelante la cocina me fue asaltando al paso en el camino de la literatura, comenzando con Reyes por supuesto, y Proust, que se ha vuelto casi un cliché mencionarlo en estos casos. Sin embargo, la literatura está de alguna manera sembrada de referentes culinarios, así que desde luego que hay un placer vicario, digamos, de la gastronomía a través de la literatura y también del cine.

EFC: ¿Cuáles son tus platillos?

NA: ¡Que complicada pregunta! Me gusta mucho el filete Wellington, sé que es casi un gusto reaccionario, porque es casi como gastronomía de época, y además es una bomba maligna de grasa, pero ¡me encanta!

Soy extremadamente quesero, me gustan aquellos particularmente maduros, fuertes y apuestos. Me gusta mucho la pasta. En general me gusta mucho la cocina contemporánea y los chefs contemporáneos como Enrique Olvera y Michael Mina. Yo sé que se critica muchísimo la escuela de los chefs estrella como Gordon Ramsay o Ferrán Adrià, pero creo que han permitido que haya un sello personal y que la cocina pierda su nacionalidad, lo cual a mí me parece no sólo bueno, sino también sintomático, creo que es un fenómeno típico de la globalización.

El mole me enloquece. ¿Qué más?, soy postrero, el dulce de leche argentino es de las cosas que más me gustan. Me encanta la lechuga —cosa curiosísima que nadie comprende—, me he vuelto casi un catador de lechugas, me gustan todas excepto la romana.

EFC: La cocina mexicana, ¿te gusta?

NA: ¡Me encanta! Pero yo no hablaría



nunca de la cocina mexicana, sino de las cocinas mexicanas, pues son muchísimas. Me encanta la cocina yucateca, con todos sus felices clichés, que tienen que ver con el estatuto portuario de Yucatán (por ejemplo, es muy raro que uno de los platillos emblemáticos de Yucatán incluya queso gouda, pero justo lo que sucede es que llegaba por barco). Me gusta mucho la cocina poblana, la oaxaqueña... y es curioso que muchas de estas comidas mexicanas tengan que ver con Medio Oriente. Me gustan mucho las enchiladas potosinas, no puedo ir a San Luis Potosí y no comerlas. Mi padre es de Durango, así que conozco ciertas cosas que sólo se comen allá, como el ante de almendras, que es delicioso.

Me gusta también la cocina veracruzana. De manera que sí, me gusta muchísimo la cocina mexicana. Una cosa con la que me puedes matar es con un pambazo callejero, los pambazos callejeros, entre más grasosos, mejor, me enloquecen.

EFC: Háblanos de aquella obra que escribiste, *Cena de Reyes*, inspirada en Alfonso Reyes.

NA: Está basada en las *Memorias de cocina* y *bodega* y en "La cena", que es quizás el más emblemático de los cuentos de Reyes. Yo había producido teatro, pero nunca lo había escrito. De pronto se dio un acercamiento por parte del Festival Cervantino, que me solicitó una propuesta diferente para ho-



menajear a Alfonso Reyes, y entonces se me ocurrió hacer una adaptación escénica de "La cena", pero metiéndonos a la cocina. El personaje principal es un chef alcohólico que lo ha perdido todo, las ilusiones, el dinero, las esperanzas y casi la decencia, y tiene muchos problemas para servir la cena que los personajes del cuento van a degustar esa noche. Resultó una de las mejores experiencias de mi vida, porque además Aurora (de Aurora y la Academia) desarrolló una puesta escénica

muy osada, en donde una sección del público comía un menú Alfonsino diseñado por Pedro Ángel Palou, quien además de escritor es chef... Por otro lado, todo el público tenía en su programa de mano un encarte con olores, del cual se destapaban ventanitas y asociaban esos olores a la obra. La experiencia comenzaba desde el foyer de los teatros mismos, en donde estaba el Octeto Vocal del Instituto Mexiquense de Cultura cantando canciones de la época. La obra nos remite a un ambien-

te del siglo XX y fue una gran oportunidad para darme cuenta de cómo los actores resignifican el texto que uno escribe. Yo creía por ejemplo que había escrito una obra sobre la muerte y el placer, y sí, si era eso, pero también era una obra sobre las desigualdades sociales.

EFF: ¿Cuál es tu protocolo a seguir en la mesa? ¿Sigues alguno dependiendo del invitado, si es un político, artista, intelectual, periodista o te vas por la libre?

NA: Me voy más bien por la libre... Dentro de las buenas maneras, evidentemente, pero trato de ser una persona más o menos educada. Me da igual si estoy comiendo con mi mujer, con mi familia, con mi asistente, que si estoy comiendo con un embajador. Yo creo que hay que tener buenas maneras en la mesa en cualquier contexto, hay cosas que aunque a algunos les parezcan complicadísimas, son de pura lógica. Soy un devoto del *Manual de Carreño*, lo confieso, pero lo sigo con cierta naturalidad y liberalidad.

A veces mi esposa y yo ofrecemos cenas en la casa y en ocasiones convocamos a un mesero, pero esto último depende más del número de comensales que de si realmente les tenemos confianza, pues de entrada toda persona que se sienta a mi mesa me es entrañable, no la invitaría a cenar a mi casa si no fuera así. Y si hay que servir otra ronda de postres o de tragos no tengo problema, me encanta servirle a la gente, sobre todo martinis... Un martini se compone de tres ingredientes: ginebra, vermouth y aceituna; para mí la ginebra tiene que ser Beefeater y la aceituna tiene que ser gordita y española... Sigo la receta de Luis Buñuel en *Mi último suspiro*, que sugería echar unas cuantas gotas de vermouth en la copa, muy poquitas —de hecho, para esos efectos mi mujer me regaló un atomizador—, o bien le echo simplemente unas cuantas gotas, agito la copa, tiro el vermouth y enseguida vierto la ginebra, previamente helada, después de haber depositado la aceituna.

Volviendo al tema del protocolo, hay cuestiones que son más de respeto y de convivencia que de protocolo, de mínima amabilidad con los demás, por eso es importante tener buenos modales en la mesa, del mismo modo en que hay que hablar o escribir con

corrección, vestirse pulcramente, ser cortés con los demás...

EFC: Decías hace rato que no hay nada más interesante que una mujer de buen comer...

NA: A mí toda mujer que no come me parece muy sospechosa. Yo sé que es un cliché espantoso y que debe haber mujeres que no comen y que deben ser volcánicas de pasión tropical, pero una mujer que no come luce sospechosamente frígida... De entrada a mí me parece que esta moda de la extrema delgadez es algo que interesa enormemente a las mujeres, pero no a los hombres. Yo no creo que a los hombres nos gusten las mujeres tan delgadas, creo que es algo que hacen las señoras para las señoras a propósito de ver a otras señoras en la pasarela. Creo que es un asunto más bien del campo de lo estrictamente femenino.

Por otra parte, me parece que una mujer que no disfruta de la comida, podría bien ser una mujer que no sabe disfrutar la vida en general; de una mujer que no disfruta de la comida, no sé si se vaya a reír mucho, no sé si vaya a ser muy buena amante, muy inventiva, muy gozosa, a lo mejor no.

Mi concepción de lo que es una mujer hermosa es bastante amplia. Catherine Deneuve me parece una mujer extraordinariamente hermosa, aunque tenga más de 70 años y más de 70 kilos. Nicole Kidman es una mujer muy delgada, pero también es hermosa. Yo no creo que una mujer sea

hermosa o no por unos diez centímetros de cintura, tiene que ver con su inteligencia, con su esencia, con una cierta disposición de sus rasgos, de sus curvas evidentemente, con su encanto personal, con su arreglo. Es decir, creo que tiene que ver sobre todo con que sea un ser susceptible de disfrutar en términos generales.

"Aunque suene a cliché: a mí toda mujer que no come me parece sospechosa..."

EFC: Te gustan las estrellas de cine... ¿y la comida en el cine?

NA: Depende de la película, hay algunas en las que es verdaderamente pesadilleza, como sucede en *El cocinero*, *el ladrón*, su esposa y su amante de Peter Greenaway, ahí la cocina es la metáfora de todo lo posible. Empieza a ser muy seductora y termina siendo terrible. Sin embargo, hay otras películas que tienen una relación muy sensual, muy hedonista con la cocina como *El festín de Babette*. O *Chocolat*, que aunque es una película muy menor, me gusta mucho; ahí Juliette Binoche es el ejemplo clarísimo de una mujer que suma belleza, inteligencia y capacidad para el placer a través de su relación con la comida,



capacidad para prodigar placer incluso. Incluso *Nueve semanas y media* provoca que la comida se antoje en otro registro y en otro terreno; y cómo olvidar *El último tango en París*, que ofrece nuevos usos de la manteca...

Yo creo que la cocina ha sido una metáfora de todo a lo largo de la historia del cine, pero creo que todo puede ser una metáfora de todo también, es decir, creo que depende mucho de cómo uno se relaciona con algo.

EFC: ¿Y cocinas?

NA: No, bueno, "cocinar" es mucho decir. Hago algunas cosas sencillas como una ensalada que me enseñó a hacer mi tío Javier, que en esa tiempo estaba entre esposas. Vivía solo y a veces tenía que cocinar para una cena. Es muy sencilla. Dependiendo del número de comensales, ahí le va uno calculando. Lleva lechuga escarola, queso gruyère—buen queso gruyère—y salami húngaro en partes iguales, todo picado en cuadritos pequeñísimos. Tanto el gruyère como el salami deben ir rebanados muy finamente y revolverse con aceite de oliva y vinagre balsámico. Es una receta como de soltero o como de tío divorciado, pero es muy rica.

EFC: Te agradezco mucho por las historias, las anécdotas, por la fantasía que tienes y que compartes con el público de *elgourmet.com*

NA: Edgar, muchísimas gracias a ustedes. ■



RISOTTO CON VEGETALES AL GRILL



100,000 sardinas de viaje submarino

CRÓNICA DE UNA AVENTURA A BORDO DE UN BARCO SARDINERO. TREINTA HORAS DE BÚSQUEDA MAR ADENTRO AL ACECHO DE UNO DE LOS TESOROS MARINOS MÁS SOCORRIDOS DEL PAÍS, SU CAPTURA Y CONFINAMIENTO DENTRO DE UNA LATA QUE PROBABLEMENTE... ACABE EN SU MESA.

POR FABIOLA DE LA FUENTE
FOTOS: FERNANDO GÓMEZ CARBAJAL

Hace un año, precisamente por estas fechas, me avoqué a la tarea de encontrar un pequeño pueblo pesquero donde el tiempo se hubiera detenido. En esta ocasión, la misión fue enfocarme a un producto marino muy socorrido en las mesas del mundo, en el que el trabajo en equipo y la tecnología logran una proeza culinaria que para la mayoría pasa inadvertida.

El regreso de un clásico

Es curioso... cada vez que alguien se queja de lo anticuado que pueden resultar las prendas de vestir después de algún tiempo, siempre alguna abuela o madre entra a la escena con un comentario clásico: "yo que tu no me deshacías de ellas... seguramente se volverán a poner de moda" Y casi siempre, sino es que siempre, tienen razón.

Bueno, pues mi teoría es que las modas vuelven, no sólo en cuestiones arquitectónicas, decorativas o en atuendos personales, sino en cuestiones meramente gastronómicas. Y si no me creen sólo hace falta ver las cartas de los restaurantes; ingredientes que alguna vez se colocaron en la cúspide del paladar conoceptor, hoy se encuentran en total exilio, y por el contrario, productos que hasta hace algunos años fueron desdeñados por considerarse de poca monta, hoy, bajo la mano experta de algunos de los más afamados chefs del mundo, vuelven a encontrarse en el top 10 del Billboard gourmet.

Tal es el caso de la sardina, un pez que por su amplia disponibilidad en los anaqueles del país, estuvo relegado durante mucho tiempo a preparaciones caseras sin mucho chiste, y que ahora, es objeto del deseo culinario de más de uno.

Este pariente del arenque, habita prácticamente las aguas de todo el mundo, aunque es en las más frías donde se encuentra en apogeo por la cantidad de grasa que acumula, así como por la buena talla que alcanza.

Su cacería no es cosa sencilla. La persecución en mar abierto de los cardúmenes requiere de complicados despliegues de tecnología: avionetas que apoyan para su avistamiento desde el cielo, radares y sonares, son tan sólo algunos de los elementos que se requieren en un proceso cuyo éxito al final de todo, depende de las manos, la entrega y el profesionalismo de todo un equipo de gente.



EN LA CABINA DEL CAPITÁN HAY UN TIMÓN QUE NOS RECUERDA LA NAVEGACIÓN DE ANTAÑO, ACTUALMENTE, UNA PEQUEÑA PALANCA SITUADO EN EL TABLERO HACE LAS VECES DE TIMÓN.

La travesía

Llegamos a Ciudad Obregón y tomamos carretera hacia la costa con dirección hacia Huatabampo. Una hora y media después llegamos a Yavaros, una pequeña población portuaria cuya principal actividad económica radica en la pesca de este pequeño ejemplar marino.

"Disfruto mucho pescar cuando hay mal tiempo... uno se siente muy vivo."
Jesús Cruz Mendoza, motorista.



Nuestro navío, el Pescador V, no había llegado a puerto aún... continuaba buscando sardina para no llegar a la planta procesadora con las redes vacías después de dos días de travesía por el golfo de Baja California. Algunas horas después, casi a la media noche, la embarcación, comandada por el capitán Marco Antonio López Aragón quien desde 1983 se dedica a la pesca de sardina, arribó triunfante con una carga de casi 180 toneladas de producto que tan sólo un par de horas después, se encontraría enlatado y embalado, listo para transportarse a supermercados y estanterías de cada rincón del país.

La cantidad me pareció inmensa, sin embargo, me explicaron que tan sólo en las aguas bajacalifornianas, hay 1,500,000 toneladas

de sardina, de las cuales se pescan alrededor de 350,000 bajo condiciones muy reguladas, evitando la captura de otras especies. Sólo 3 variedades de sardina terminan en las redes: crinuda, japonesa y la mundialmente cotizada monterrey, asimismo Calmex enlata tunitos de varios tipos.

Tras descargar el producto a través de tu-

> DESTINO MÉXICO



CALDO DE MARISCOS PREPARADO POR EL COCINERO DEL BARCO "PESCADOR V".

bos que succunan el pescado que yace rígido dentro de contenedores con agua helada, -que se encuentra entre -2 y 0 °C en las entrañas del barco, ya que la sardina debe perecer de frío (no de falta de oxígeno) para mantener sus características óptimas para el consumo-, iniciamos nuestra aventura en busca de cardúmenes que nadan erráticos en búsqueda de alimento, sabiendo la hora exacta de nuestra partida, 12:00 A.M, pero no la hora exacta de nuestro regreso.

Al inicio del viaje nos acompañaban aves que volaban alrededor del barco, algunas horas después se dieron por vencidas, pero continuaron la travesía junto con nosotros otros seres del océano... delfines, leones marinos y algunas ballenas, juguetaban alrededor del casco, esperando seguramente que pronto encontráramos a nuestra presa, brindándonos un festín del que todos irremediablemente formamos parte.

La noche es la mejor aliada para la pesca de la sardina. Su característico brillo plateado la hace mucho más identificable, y sus movimientos, según aseguran los marinos, son más lentos y constantes. La luna llena hasta hace algunos años era motivo de descanso para los pescadores, hoy, los potentes sonares sirven en gran medida de apoyo, para que ni el día, ni la luz nocturna sean impedimento alguno.

Marco miraba atento el sonar buscando una gran mancha roja en la pantalla, señal de



"Cuando vamos a pescar, sabemos cuando salimos, pero no cuándo vamos a regresar." Marco Antonio López Aragón, capitán del Pescador V.

que un banco de sardinas se encontraba cerca, aún no había suerte. El hipnótico sonido del aparato propio de aquellas películas cuya acción se lleva a cabo dentro de un submarino, era lo que nos mantenía a todos no sólo despiertos, sino alerta.

Hasta ese momento todo era calma... Mientras tanto, bajamos al comedor donde Miguel Ángel Ruiz, cocinero del Pescador V, ya nos tenía listo un caldo de mariscos tan succulento que la travesía se hizo mucho más succulenta. El menú cambia diario para el desayuno, la comida y la cena, y dentro de los platillos más socorridos, están no sólo los elaborados con pescados y mariscos, sino con carne de res, o bien aquellos de confección típica mexicana, como las estupendas enchiladas que degustamos unas horas más tarde.

Estaba amaneciendo y el temporal amenazó por unas horas la embarcación. Así, entre



LA TRIPULACIÓN DEL BARCO "PESCADOR V", LLEGANDO AL PUERTO DESPUÉS DE UNA TRAVESÍA POR EL MAR DE CORTÉS.

lluvias y olas que inundaban la cubierta, se escuchó la voz del capitán quien por el altoparlante tan sólo dijo: listos. La gran mancha roja se había hecho presente en la pantalla del sonar y pronto comenzaría una danza en la que los pescadores se juegan la vida.



La captura

De pronto la templanza hasta ese momento mantenida por la tripulación, se convirtió en furiosa danza donde cada quien tomaba sus puestos. Algunos verificaban la red, otros divisaban el objetivo con grandes binoculares, y otro más ocupaba su puesto en el pangón, que se encontraba sobre la proa, el cual sería liberado por otro marinero a la voz del capitán, para llevar a cabo lo que en pesca se llama lance.

El pangón es una pequeña embarcación que tiene sujeta a un extremo la red, ésta se coloca en un punto estratégico, de modo que el barco se mueva en círculo, logrando cercar el cardúmen. Posteriormente, otro marinero se encarga de accionar la palanca que cierra la red por la parte inferior, formando la bolsa donde quedarán atrapadas las sardinas.

Cuentan los marinos que de pronto quedan atrapados algunos lobos marinos que ágiles saltan de la red después de robarse un bocado, pero en el caso de delfines distraídos, estos tienen que ser liberados manualmente para devolverlos al océano. Y de cuando en cuando ocurren sucesos inesperados, como aquel en donde un lobo marino saltó a cubierta, teniendo que ser perseguido por toda la tripulación a lo largo y ancho del Pescador V.

Después de la captura, las sardinas son inmediatamente succionadas dentro de los



ARRIBA: EN LA PLANTA SE PROCESA EL PRODUCTO, EL CUAL ES PREPARADO CON SALSA DE TOMATE (DE SINALOA).

ABAJO: LA TEMPERATURA INTERNA DE LAS SARDINAS DEBE SER MEDIDA PARA GARANTIZAR LA CALIDAD DEL PRODUCTO, ESTÁ NO DEBE EXCEDER LOS 5 °C.





DESPUÉS DE HORAS INCIERTAS A LA MAR, DECENAS DE TRABAJADORES EN LA PLANTA SARDINERA EMPRENDE INTENSAS JORNADAS PARA QUE EL PRODUCTO ESTÉ LISTO EN TU MESA.

inmensos contenedores colmados de agua helada, y tan sólo unos segundos después, los peces entran en estado de congelación encorvándose y abriendo la boca, señal que en la planta es tomada como indicio de un manejo correcto del pez.

Durante una salida pueden hacerse de 2 a 7 lances, todo depende del tamaño del banco de peces y de la pericia del capitán para encontrar los más grandes y no dar una falsa señal de alarma.

La captura cambia el semblante de la tripulación conformada por 10 hombres, todos ellos extraordinarios marinos y estupendos seres humanos llenos de anécdotas y experiencia. Así volvimos al puerto de Yavaros, donde en la planta seguiría un complejo proceso.

Sardinas enlatadas

Ni tardos ni perezosos, varios empleados de la planta esperaban en el puerto, junto con varios pelicanos oportunistas, la hora de la descarga.

La manguera lleva a los pescados a otros tanques de agua fría con la que se lava el producto, para posteriormente ser transportados con bandas a una máquina descamadora. De ahí, se hace un proceso de selección manual donde también se verifica con un termómetro la temperatura interna del producto, ésta no debe ser mayor a los 5 °C. Aquellos que no cumplen con ciertas características de peso



y tamaño, son convertidos en harina. Cabe mencionar, que por falta de una legislación apropiada que regule la pesca para producir harina de pescado, la mayoría de las plantas procesadoras utilizan prácticamente todo el producto para elaborar este producto que se utiliza para alimentar ganado y peces de granja, lo cual es una lástima, ya que se explota el mar para elaborar un producto que no es de consumo humano. En la planta de Yavaros, donde se enlatan tanto las marcas Yavaros como Calmex, no es el caso, aquí únicamente producen harina de los ejemplares que no cumplen con la talla y el peso, así como con las cabezas, colas y sobrantes.

Después una máquina quita las cabezas y

las colas, y acto seguido, el personal, conformado en buena parte por mujeres, hace otra selección y acomoda las piezas dentro de cada lata, que sigue su trayecto hasta un horno que las precuece. Así llegan hasta el área donde se les agrega salsa de tomate (de Sonora y Sinaloa) elaborada ahí mismo en la planta, para así ser cerradas.

El proceso de cocción termina en un autoclave. Finalmente, dos horas después de que llegó a tierra el producto, las latas son etiquetadas y dispuestas en contenedores, que pronto emprenderán otro viaje hacia las mesas de millones de mexicanos. 🌟

Agradecimientos:

Yavaros y Calmex, empresas del Grupo Pando.



CALMEX[®]

90 años en la mesa mexicana

Lo que alguna vez comenzó como un pequeño proyecto marino en San Quintín, hoy se ha convertido en CALMEX, la empresa líder en México en pesca y procesamiento de atún y sardina, que 9 décadas después, sigue presente en nuestros platillos de todos los días.

Hoy en día, las aguas Bajacalifornianas traen a nuestra mesa diversas especies marinas que son bien cotizadas y altamente valoradas en otros países del globo. Dos de las más importantes son: el atún, con sus diversas especies de las que existen 8 en México; y la sardina, una variedad íntimamente emparentada con las anchoas y el arenque. Ambas poseen gran sabor, textura, versatilidad en sus formas de preparación, y propiedades tanto nutritivas como culinarias, que aunadas a su accesible precio y disponibilidad, las han convertido en ingredientes básicos dentro de las cocinas mexicanas.

Desde hace ya 90 años, Grupo Pando, una empresa 100% mexicana comprometida no sólo con el país, sino con la calidad en los productos que ofrece al mercado, adquirió CALMEX. La entonces pequeña empresa cuyo nombre se deriva de la unión de CALifornia y MEXico, enlataba abulón en las costas de San Quintín.

De ser una pequeña planta que procesaba el famoso molusco de concha tornasol, en tan sólo 5 años, CALMEX se convirtió en un barco-fábrica que en 1925 dio origen a la primera planta enlatadora de atún en México. Desafortunadamente, el navío que operaba desde las aguas de Cabo San Lucas sufrió un incendio poco tiempo después, lo que aceleró la construcción de una nueva planta empacadora con mayor tecnología y capacidad e producción.

La nueva factoría, ubicada en una hermosa playa de Cabo San Lucas en las faldas del Cerro del Vigía, fue nombrada Compañía de Productos Marinos S.A., y reinició sus operaciones en 1929, año que marca el inicio del procesamiento industrializado del atún en tierra, con el primer empaque de barrilete y atún aleta amarilla. Durante 50 años, esta empresa atunera, favorecería el crecimiento económico de aquella pequeña población, ahora convertida en uno de los destinos turísticos más importantes del país.

Otro de los mayores logros de la compañía, se dio en 1940, cuando tras un proceso de capacitación intenso, sustituyó a toda la mano de obra japonesa, que en aquel entonces era la más calificada en cuanto a pesca y procesamiento de materia marina se refiere, por trabajadores mexicanos. En ese mismo año, se inicia una nueva aventura con la pesca de sardina.

Desde 1969 a la fecha, opera en San Carlos una planta que en un inicio fue exclusivamente sardinera, y que con la desaparición de la planta de Cabo San Lucas, se volvió también atunera. Hoy en día, esta planta está considerada como una de las más modernas y tecnificadas del país, además de que cuenta con los más estrictos controles de higiene y calidad, que aunados a un producto marino minuciosamente seleccionado, da como resultado un producto de calidad excepcional y sabor extraordinario que llega a nuestras mesas bajo el nombre de CALMEX.

En 2007 CALMEX adquiere la planta de Yavaros consolidándose como el líder del mercado de la sardina en México.

Un producto 100% mexicano, elaborado en su totalidad por manos nacionales, que tras 90 años de historia, sigue satisfaciendo nuestros paladares y los de nuestras familias.



Junior Merino:

UNO DE LOS EXPONENTES MÁS DESTACADOS EN EL CONGRESO DE MIXOLOGÍA DE MADRID FUSIÓN, COMPARTE CON NOSOTROS UNA EXPERIENCIA QUE NOS RECUERDA QUE EL ÉXITO RADICA EN LA PASIÓN Y EL EMPEÑO.

El taxi da varias vueltas antes de llegar al lugar de la cita. He quedado de encontrarme con Junior Merino, mixólogo de origen mexicano, en una cocina industrial de un barrio residencial de Madrid, en el marco del Congreso de Mixología Fusión que se realiza en esta ciudad, para platicar de su larga aventura en Nueva York como experto en coctelería, que ahora lo ha lleva también a México. La sorpresa es aún mayor cuando entro a la cocina y veo ingredientes auténticamente mexicanos como el huitlacoche, el nopal, el chile habanero y el maíz, actores principales de sus deliciosas preparaciones.

Más allá de la tradicional figura del barman que prepara un martini bien hecho, el mundo de la coctelería se ha reinventado con la creación de chefs de barra conocidos como mixólogos, estudiosos del arte de la mezcla de bebidas. Al igual que en la comida molecular, en este mundo de brebajes se manipulan los estados de la materia para crear nuevos sabores, texturas y sensaciones con base en espumas, nitrógeno líquido, geles, rociadores, calor y solidificación de líquidos.

Junior Merino es uno de los primeros mixólogos que ha dejado su huella en el mundo. Hoy día dirige Liquid Chef, una empresa que él mismo formó cuando advirtió la necesidad no sólo de contar con mezclas para coctelería y brindar asesoría



Mixología de vanguardia

FOTOS Y TEXTO: ANA SALDAÑA



a restaurantes, sino de formar una nueva generación de cocteleros. Para conseguirlo, abrió dos escuelas de la especialidad, la primera en Nueva York y la segunda ahora en la ciudad de México. Ha trabajado y diseñado cocteles para barras famosas en todo el mundo, de Nueva York a Japón, y con importantes empresas de destilados.

La historia de Junior no es muy diferente a la de muchos mexicanos que han migrado a los Estados Unidos para probar fortuna. Sin embargo su historia sí se distingue de la gran mayoría por el singular éxito que ha alcanzado.

Es originario de Tecmatlán, Puebla y a los 16 años emigró a Nueva York para alcanzar a su hermano quien ya trabajaba en la cocina de un restaurante en la misma ciudad. Empezó desde abajo: fue garrote-ro, mesero y luego cantinero. Su tenacidad y cultura de trabajo lo llevaron a obtener la posición de gerente de bebidas de un famoso restaurante de carnes en aquella ciudad. De ahí, con estudios en diseño

Junior Merino es uno de los primeros mixólogos que ha dejado huella en el mundo. Su empresa Liquid Chef ha desarrollado bebidas para marcas famosas.

gráfico y certificaciones de la Asociación Americana de Sommeliers, alcanzó el grado de Master Sommelier. En su tiempo libre comenzó a experimentar con los ingredientes y a crear coctelería novedosa, ganando en 2005 el premio al Mejor Coctel en el Bar Show Internacional y en 2006 el Star Chefs Rising Star.

Para Junior, el balance y la armonía son cualidades esenciales en la ejecución de un coctel de verdad. Al igual que en el vino, el maridaje es fundamental. El coctel debe

pensarse para la ocasión o dependiendo del tipo de menú que se ofrecerá. La frescura, la calidad de los ingredientes y la complejidad de los sabores deben evolucionar para crear una perfecta combinación en el paladar.

Por ello, los mixólogos ensayan constantemente tantas posibilidades como menús pueda haber y formalizan técnicas para que el consumidor experimente una amplia variedad de sabores. Buscan ir más allá de la típica carta de coctelería, es un problema de sensibilidad e invención.

Hay cuatro elementos importantes a considerar en la preparación de un coctel. El primero y esencial, claro, es el alcohol, con la salvedad de que éste nunca debe exceder los 20 o 25 grados.

El segundo elemento a considerar es la acidez o el cítrico, que puede provenir de varias fuentes, de las más obvias como el jugo de limón o de toronja, a otras no tan usuales, como la champaña.

Para contrastar este regusto, es importante contar con al menos una gota de azúcar, ya que ésta ayuda a redondear la imaginación del paladar. En otras palabras, dice Junior, el azúcar es lo que sal a la comida.

El cuarto elemento es el líquido o el jugo que ayudará a rebajar el grado de alcohol del coctel. "Obviamente —continúa Junior— no a todo mundo le gusta todo. Por eso es interesante idear bebidas para los gustos y personalidades más contrastantes, hay gente que prefiere cocteles más frutales, más suaves y otros otros a los que les gusta que tenga un poco más de fuerza. Lo importante es el balance de los elementos y que trabajen en armonía para que en el paladar se rompan los sabores en distintos niveles y así ofrezca una experiencia diferente y única".

El nivel de sofisticación que se ha alcanzado en la mixología es sorprendente. Así como a la comida generalmente se llega mediante el calor, aquí es el frío el que dota de la densidad perfecta a cada bebida. Por ello, es importante utilizar hielo adecuado, ya que el

congelado a una temperatura más alta hará que se derrita más lentamente en el coctel. Siempre tienes que asegurarte de que todos los elementos estén presentes en boca.

El alcohol no se puede perder, porque es la base principal de la bebida. Todo lo demás es un aderezo o condimento que acompaña a la base del alcohol. Si pensamos en estos elementos, tendremos algo diferente, afirma Junior, pero siempre balanceado.

Sin embargo, él ha querido ir más allá y ha incorporado sus tradiciones mexicanas. Resultado de esa experimentación, nació "Alma Blanca", que representa a la cultura prehispánica: "Integré el primer producto-planta que domesticaron los aztecas para comer después del maíz: el agave. Son dos bases que necesitaba. Después agregué los chiles, otro producto endémico de México. Enseguida hicimos una infusión de habanero con el maíz machado y un poco de sábila, también relacionada con el agave. Otro de mis productos se logra mediante un jarabe de sábila y té limón, un poco de jengibre, piña, jugo de limón, sal de Jamaica y rosas en la orilla de la copa o vaso". La limpieza de la bebida es sorprende al paladar, con capas que se van descubriendo y que invitan a disfrutarlas poco a poco.

Al platicar con Junior salta al instante no sólo su ética de trabajo sino su pasión y compromiso con el mundo de la mixología. Su sonrisa no parece borrarse nunca y me dice que la curiosidad por crear un estilo propio no puede cesar nunca, menos ahora que tiene a su cargo a tantas personas. Lo mismo debe suceder con el cliente, hay una diferencia entre tomar una bebida por el simple hecho de ser alcohólica y degustarla e incorporar a su experiencia individual la combinación de esos sabores.

Algunos tips de Junior Merino

Para obtener un nivel de dulzor adecuado, recomienda utilizar néctar de agave y jugos naturales, pues estos últimos cuentan con un mejor nivel de PH y azúcares balanceadas.

Por otra parte, así como el alcohol es la base que no puede desaparecer, hay que cuidar el contenido del alcohol en todas las bebidas, ya que tiene un efecto sobre las papilas



gustativas. Por ejemplo, para empezar una comida es mejor un aperitivo suave o champaña, ya que las bebidas muy dulces apagan el apetito y las muy alcohólicas o ácidas anulan la sensibilidad de las papilas.

Con el curso de los años se van quemando nuestras papilas debido al café, alcohol

y cítricos, así que es conveniente cuidarlas para disfrutar de bebidas singulares como un buen coctel.

Por último, es indispensable pensar en la comida en cuestión. Para la cocina mexicana recomienda bebidas basadas en tequila, mezcal y pulque. ●

NUEVO RENAULT® SANDERO®



GARANTÍA
100,000 kms. ó 3 años

Primer servicio: \$750

renault.com.mx

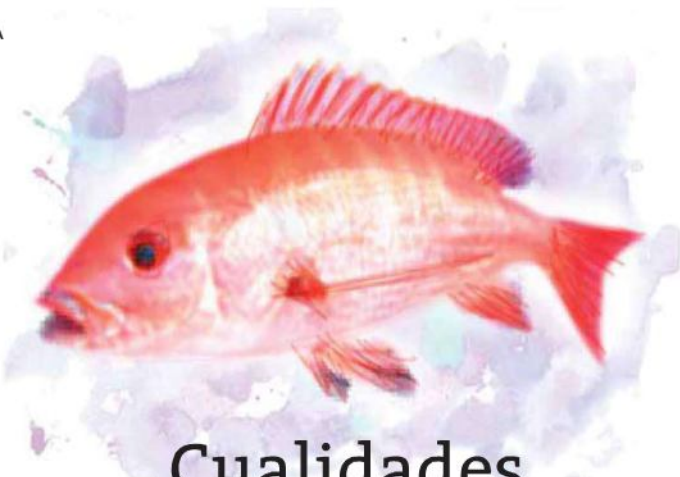
Renault® recomienda **elf**

Atención a Clientes 01-800-505-1516

HARÁS TODO POR TENERLO



Precio aplica para el nuevo Programa de Mantenimiento Renault para vehículos a gasolina (10,000 kms. ó 1 año). Incluye partes, mano de obra e I.V.A. El precio aplica para aceite mineral. Para más detalles consulta con el Asesor de Servicio directamente en tu Franquiciario Renault Autorizado. Precio sujeto a cambio sin previo aviso. Vigente a partir del 15 de enero del 2010.



Cualidades marinas

POR LN I. MONTSERRAT GARRALDA ANAYA

Son muchas las razones saludables que ofrecen los expertos para comer pescado, aquí le presentamos algunas de ellas, así como otros consejos a la hora de ir de pesca al supermercado.

A comer más pescado

Según la FAO el consumo promedio de pescado por persona al año (2002) en México es de 12 kg, aunque el Consejo Mexicano de Promoción de los Productos Pesqueros y Acuícolas A.C. (COMEPESCA), asegura que en realidad es de 8.7 kg. En promedio se podría decir que se consumen 10.3 kg, si bien la recomendación es de por lo menos 20 kg.

En otros países como Japón, España y Perú el consumo individual en ese mismo periodo es de 50, 30 y 22 kg respectivamente.

Un mar de opciones

En el mundo se conocen más de 12 mil especies de peces que viven en distintos mares, océanos, ríos y lagos, de las cuáles úni-

PESCADO	CANTIDAD NETA DE MG DE DHA EN 340G
Salmón coho (Ruso)	1458
Salmón del Atlántico	2102
Salmón sockeye (Pacífico)	1764
Sardina (Pacífico)	1808
Arenque (Atlántico)	2410
Macarela (Atlántico)	3054
Trucha (de granja)	884
Bogre	442
Tilapia	18

camente 1,500 se capturan y son de interés comercial. Por cuestiones prácticas de frescura, precio y calidad, lo más recomendable es consumir productos nacionales como: abadejo, albacora, anchoveta, atún, angilito, armado, baqueta, barracuda, barrilete, besugo, bonito, botete, cabrilla, cazón, chopa, cornuda, corvina, cintilla, dorada, esmedragal y gallineta, entre otros.

El pescado fresco tiende a descomponerse con facilidad, por lo que se sugiere

que sea su última compra en el mercado o refrigerarlo inmediatamente después de haberlo adquirido. Se ha visto que dura 24 horas en buen estado si está en refrigeración, para evitar su descomposición se recomienda congelarlo.

Según la edad, dieta, temperatura, especie, sexo y época del año la composición de agua y grasas varía considerablemente en los pescados. El agua puede variar entre un 25 y 80%. El pescado de más edad es generalmente más rico en grasa y por ende contiene una menor proporción de agua. En los pescados existe una variedad de ácidos grasos, en especial de omega 3.

Los famosos omega 3

Los omega 3 son grasas buenas que el cuerpo no puede producir por sí solo por lo que las tiene que consumir a través de los alimentos. Existen tres distintos tipos de omega 3: el alfa linoléico, el eicosapentaenoico (EPA) y ácido docosahexaenoico (DHA). Se ha visto que consumir omega 3 en particular DHA ayuda a:

- Reducir colesterol LDL (malo)
- Prevenir infartos al corazón
- Mantener al cerebro funcionando adecuadamente
- Proteger la vista
- Reducir el riesgo de aterosclerosis

Existen estudios que muestran que es mejor consumir los ácidos grasos directamente de los pescados que de un suplemento para:

- Mejorar riesgo cardiovascular, principalmente en pacientes diabéticos
- Reducir el riesgo de cáncer de piel
- Ayudar a controlar arritmias

El Instituto de Omega 3 DHA-EPA recomienda consumir pescado dos veces por semana lo que equivale a 340 g. El consumo recomendado de ácidos grasos omega 3 varía de 1.1 a 1.4 g al día. Según el pescado y la región varía la cantidad de omega 3, por ejemplo:

- Cantidad de DHA en 340 g de pescados con niveles bajos de mercurio. (Basado en los datos del departamento de agricultura de Estados Unidos.)

En la variedad está el gusto

Una de las leyes de la alimentación es darle variedad a las comidas, así que se pueden utilizar distintos tipos de alimentos de origen animal durante la semana. El pescado es una buena opción porque:

- Es una fuente de proteínas de alto valor biológico las cuales ayudan en la formación de músculos, hormonas, sangre, uñas y cabello
- Sirve para la formación de huesos y dientes gracias al calcio y fósforo que aporta
- Es una fuente de yodo, magnesio y zinc, todos ellos oligoelementos (minerales) necesarios para el buen funcionamiento del cuerpo
- Tiene vitaminas del complejo B que ayudan al sistema nervioso
- Es fácil de combinar con otros alimentos
- Es una opción baja en colesterol
- El pescado es una excelente opción para toda la familia por su fácil digestibilidad, sin embargo, hay que incluirlo en la dieta diaria después del primer año de vida debido al riesgo a desarrollar algún tipo

PESCADO	TIPO DE CARNE	TEMPORADA
Bandera	Poca carne, blanca, grasosa y sabor fuerte	Febrero-abril; junio, julio, noviembre y diciembre
Cabrilla	Carne blanca, ligeramente rosada, firme y grasosa, de sabor suave	Marzo-junio; agosto
Cintilla	Carne blanca	Abril-mayo
Mero	Carne blanca, firme y abundante, ligeramente grasosa	Marzo-diciembre
Sierra	Carne oscura de sabor fuerte	Marzo-mayo; octubre-noviembre
Angelito	Carne blanca, grasosa, de sabor suave y textura firme	Marzo-mayo
Barracuda	Carne blanca, magra y consistencia firme, ligeramente dura	Abril-mayo; diciembre
Berrugata	Aplanado, pequeño de carne blanca-amarilla	Marzo-mayo; septiembre y diciembre
Chopa	Carne blanca (parecida a robalo)	Enero-junio; noviembre y diciembre
Pámpano	Carne oscura	Febrero-mayo; octubre-diciembre

de alergia en los infantes por a la falta de maduración del sistema gastrointestinal

Al consumir pescado frecuentemente se recomienda buscar las opciones de temporada por su accesibilidad en precios, verificar que se encuentre en buen estado y asegurarse que el sabor sea de su agrado. Contemple

nuevas preparaciones donde se incluya mayor cantidad de verdura para acompañar sus platillos, darle nuevos sabores y tener opciones con menos calorías, así cuidará la salud de sus seres queridos. ●

Agradecimientos:
www.coa-nutricion.com
Tels: 5604-6078 y 5604-5389



De la red al sartén

PARA ESTA CUARESMA NADA MEJOR QUE UNA GUÍA PRÁCTICA PARA COCINAR PESCADO. CÓMO ESCOGERLO, LIMPIARLO, CORTARLO Y COCINARLO, DEPENDIENDO DE SU TAMAÑO, ESPECIE Y FRESCURA. EL CHEF OMAR SANDOVAL NOS PRESENTA EL PROCESO PARA LOGRARLO A LA PERFECCIÓN Y PODER TRANSMITIR ESTE ARTE A NUESTRAS MESAS.

POR OMAR Y MARIANO SANDOVAL. FOTOS: FERNANDO GÓMEZ CARBAJAL



La diversidad del mundo acuático se hunde entre los colores, las formas y dimensiones de sus protagonistas, los peces. Un viaje por sus terrenos con la intención de verlos de cerca es una fotografía siempre distinta pues son el grupo más extenso de vertebrados.

Asimismo, los expertos en nutrición recurren al uso de estos pedazos de mar y de ríos por su baja presencia de sodio y carbohidratos. Además, entre otras virtudes brilla la presencia de ácidos grasos linoleicos, como el omega 3 linolénico, como el Omega 3, agente que previene la obstrucción de las arterias; vitaminas del complejo B; en peces grasos vitaminas hiposolubles y, por último, minerales como calcio, fósforo y hierro. Éstos no los sintetiza el ser humano por lo que se hace de ellos a través de la dieta. Fuera de sus matices externos, los peces presentan tejidos musculares blancos y oscuros. Así las cosas, la actividad física determina tal característica. Por ello, los más atléticos y despiertos, conocidos como pelágicos, presentan tejidos oscuros hasta en un 48%. Por su parte, los más relajados y de movimientos súbitos muestran poca oscuridad dentro de ellos, respondiendo al título de demersales.

Lanzando el anzuelo

Es importante mencionar que la actividad microbiológica de los pescados está determinada por las aguas de las que provienen. En ese sentido, se sugieren los productos de los mares pues la sal inhibe el crecimiento de ciertos invasores.

Asimismo, deberán disfrutarse sólo de los pescados más frescos, salvo que hayan sido objeto de algún proceso de conservación como el ahumado o el salado.

En ese sentido, para indagar con detenimiento sobre su frescura será necesario estar



en presencia de pescados enteros, no fileteados o troceados, pues resulta más complicado seguir las pistas.

Su agudeza olfativa será fundamental para hacer suyo a cualquier habitante escurridizo de las aguas. Por ello, la prueba del detector de olores es imprescindible para determinar la inocencia de su pescado. Concéntrate en el opérculo, pieza ubicada a los lados del rostro que protege las branquias, ábrala y robe los aromas existentes. De esta forma, las fragancias del mar evidencian el paso del tiempo y su inevitable

deterioro; los olores se presentan como un viaje que va de la frescura hasta la putrefacción: el perfume de algas marinas, después a los olores propios a pescado; posteriormente se transforma en tufo amoniacal, más tarde muy amoniacal y, finalmente, pútrido o fecaloide. Sin embargo, existen otras estrategias para descubrir manchas de culpa. En este caso, los ojos si son un espejo del alma. Almas puras se concentran en ojos húmedos, brillantes y saltones; sombras se reflejan en miradas secas, marchitas o hundidas. Asimismo, las branquias o agallas se dejan ver lim-



pías, rojas y brillantes; en caso contrario no se embarque en ese viaje. Además, la piel será de color intenso, húmeda al tacto, nunca seca o sin fuerza. A su vez, las escamas no se dejarán caer fácilmente. Una prueba más, apriete su dedo contra el cuerpo del sospechoso, si regresa la piel a su forma natural no dude más de él; en caso de que la forma de su dedo permanezca en el animal, no miente sobre su mal estado.

Desnudando piezas del agua

Para efectos de llevarse a casa su nueva adquisición, no olvide hacerse de una bolsa con hielos que mantengan cómodo a su elegido de camino a casa. No olvide lo peligroso y agresivo que podría tornarse este producto con temperaturas medias o altas.

En la calidez de su hogar, colóquelo en una tabla para cortar. Deshágase de todas las aletas apoyándose en unas tijeras o del cuchillo de chef. Lo anterior, es básico pues las aletas tienen formas incómodas para manipular al sujeto y, además, son nidos de bacterias.

Con decisión tómele de la cola, acérquese al fregadero. Tome el cuchillo de chef al revés, raspe al pescado desde el fin de la zona caudal hasta la cabeza. Nunca vista de gala si no quiere que la multitud de escamas formen parte de sus accesorios de fiesta.

Agallas para eviscerar

En el supuesto de que el pescado vaya a presentarse con cabeza, eviscere desde las agallas. Así, logrará que su pescado deslumbre a sus invitados. Localice debajo del opérculo a las agallas, utilice tijeras para despojarse de ellas. Somete al pescado para hacer una pequeña



No rebese los límites de tiempo en el calor pues las proteínas se asientan, volviendo a la carne opaca, siguiendo con una textura dura y seca.

incisión en el extremo del vientre; introduzca los dedos o las tijeras para separar las tripas de su paciente. Verifique que no queda huella de ellas pues su permanencia lastimará el paladar de los comensales. Deje caer agua fría al interior del pescado, desde la abertura de las branquias hasta la cola. Detenga el agua hasta que ésta salga limpia. Limpie los rastros de humedad con papel absorbente.

Eviscerando desde la barriga

Sin excesos en la entrada del cuchillo realice un pequeño corte en el vientre, continúe hasta debajo de las agallas. Aleje las tripas de su producto del mar, siguiendo el proceso del apartado previo.

Resulta importante señalar que el músculo del animal sano se considera estéril, pues los microorganismos se alojan en la piel, en las agallas y en el sistema digestivo. Por ello, si el pescado no es eviscerado inmediatamente al morir, la acción de las enzimas en las paredes intestinales las vuelve permeables permitiendo los abusos de microorganismos y toxinas.

Así las cosas, solicite siempre en la pescadería de su confianza que el pescado haya sido eviscerado.



Filetes o rodajas, decídalo

El filo es obligatorio para efectos del arte de cortar pescado. Distinción necesaria, el filete es un corte sin espinas proveniente de cualquier parte de la espina central; evite el contacto con la columna vertebral para no acompañarse de vértebras. Asimismo, las falsas espinas o *spin bones* se acomodan parcialmente de forma horizontal y hacia el interior del músculo causando inconvenientes, por ello con calma y con pinzas retírelas. Por su parte, al corte de buen tamaño de forma transversal al cuerpo del ente acuático se le conoce como rodaja. Si esta última es su elección, acompañese de un cuchillo grande.

Con la intención de quitar las vestimentas, ponga el corte con la piel hacia abajo. Desde la cola jale el cuchillo entre la carne y la piel. No dude, el miedo en la cocina estorba.

Nunca pierda la cabeza ni la cola pues le servirán para efectos de un buen caldo.

Comer pescado, en japonés

Pescado crudo cortado finamente, es conocido como *sashimi*. Dicho mote se aplicó debido a



que la cola del pez servía de firma, pues ambientaba los platos donde se servían los cachitos de carne con la finalidad de reconocer su origen. Se sirven de la mano de salsas, aderezos, wasabi, jengibre, entre otros.

Alto, cocinando pescado

Antes de partir en esta aventura, cabe precisar que la carne del pescado es delicada, requiere de trato cuidadoso y amable si desea presentarlo homogéneamente. De esta forma, esta carne es más suave que la de los mamíferos pues presenta menos tejido conectivo, elemento que da cohesión al músculo y el 50% de su dureza.

Además, no rebase los límites de tiempo en el calor pues las proteínas se asientan, volviendo a la carne opaca, siguiendo con una textura dura y seca.

Si fue en búsqueda de cierto perfil acuático y estaba agotado, sólo sustitúyalo por otro pescado que pertenezca a la misma familia, mantendrá un sabor, imagen y tamaño similar. No se agobie, nadie podrá notarlo, evitando comentarios debajo de la mesa.

Lento y sin sofocarse (escalfar)

En un líquido, sólo por debajo del punto de ebullición. Como se advirtió, la carne de pescado suele romperse ante la hostilidad. Por ello, los pescados de buenas proporciones son objeto de este método, pues se mantiene en una pieza durante este proceso. Una budinera o cacerola son el escenario para este método, no importando si su pescado conserva la cabeza, acompañelo de caldo, encienda los fogones sin que rompa el líquido en ebullición. Tal descui-





do es notorio si el agua brinca violentamente. Calcule 10 minutos en el agua por cada 2.5 cm de grueso.

Asimismo, realice este proceso dentro del horno con el pescado acompañado de caldo sobre una charola.

Vapor, vapor

El vapor que resulta de un líquido es suficiente para cocer al pescado. Además, si desea potencializar sabores sustituya el agua por un caldo de verduras. Para crear este ambiente, requiera de una olla con una cesta con hoyos que se eleve sobre el agua; el vapor se cuela entre los agujeros cociendo al que descansa en la canasta. No deje la tapa a un lado, asíéntela sobre la

olla. Si la piel cambia de color, se mantiene jugosa y suave al prensarla, aléjela del calor.

Encierro de calores (horneado)

Albergue de ensueño para pescados de tamaños grandes, medianos, enteros y en piezas. No hace falta cubrirlo, sólo vestido de papel aluminio o, en su caso, maquillado con sal. El supuesto de recubrirse de pasta hojaldre o en la citada costra de sal, se logran mantener los jugos, y los aromas revientan por efecto del calor seco que acecha. Un relleno a la medida elevará a sus visitantes del asiento.

Simulando a los franceses, envuelva a su espécimen en hojas vegetales o de cualquier



elemento que lo encierre, técnica conocida como *papillote*. Hierbas, hortalizas, vino blanco, entre otros, cobijarán a su pescado aportando sabor y permitiendo un alimento jugoso. Si quiere sorprender a la concurrencia con explosivos aromas, descubra su platillo hasta que se encuentre en la mesa.





requerirá extrema atención para conciliar lo casi insalvable. De esta forma, el calor amontonará a las proteínas en los tejidos externos del pescado, capa que concentrará jugos y dejos de aguas dulces y saladas. Tanto si se acompaña de poco aceite o se hunde en él, estará en su punto en poco tiempo. Exactitud para abandonar el sartén, es la regla para alcanzar el éxito desde su trinchera.

Vacacionando en la parrilla

Los calores desmedidos de las brasas cuecen a gran velocidad al objeto del deseo. El hombre antiguo atravesaba al pescado con lanzas para dar formas y sabores distintos

por efecto del fuego.

En la actualidad, antes de brincar a la parrilla puede marinar sus pescados en preparaciones de su autoría hasta pasarlos, simplemente, por limón y sal de mar; además puede también enchilarlos.

Vivir con intensidad las aguas dulces y saladas, es conocer sus secretos en forma de peces. Por ello, hay que lanzar como anzuelos, platillos que encierren a sus protagonistas para abrazar entre nuestras redes y recuerdos el placer infinito que nos brindan. Desde el mar hasta las ríos, desembarcando en nuestra mesa. 🍋

Sartén en mano

Sin lugar a dudas, se trata de una lucha de gigantes. Por un lado, un alimento delicado y, por otro, un método agresivo entre fogones. Por ello,





Sinfonía marina

Tesóros oceánicos

UNA RED SALE DEL MAR CARGADA CON EL ALIMENTO DE NEPTUNO, PECES QUE REPRESENTAN EL ALIMENTO Y LA ABUNDANCIA. UN ALIMENTO INDISPENSABLE Y LLENO DE BONDAD, RICO EN PROTEÍNAS Y OMEGA 3. VERSÁTIL AL MOMENTO DE COCINAR Y CON UN SIN FIN DE SABORES POR DEGUSTAR

RECETAS Y ESTILISMO: OMAR SANDOVAL. PRODUCCIÓN: CÉSAR CASALONE.
FOTOS: FERNANDO GÓMEZ CARBAJAL



Robalo en tempura de achiote con salsa Xnipec

INGREDIENTES

500 g de filete de robalo
Sal y pimienta

Para capear

250 g de harina tempura
140 ml de agua fría
20 g de achiote
c/s Harina
500 ml de aceite
Sal y pimienta negra

Para salsa Xnipec

1 cebolla morada fileteada
100 ml de jugo de naranja
30 ml de jugo de limón
30 ml de vinagre blanco
2 chiles habaneros
3 pimientas enteras
3 clavos de olor
Orégano
Sal

Para la salsa de frijol

200 g de frijoles negros con caldo de cocción

20 ml de aceite
1/2 cebolla
2 dientes de ajo
2 chiles de árbol picado y sin semillas
300 ml de caldo de pollo
Sal

PROCEDIMIENTO

Para la capeado, mezcle harina, agua, achiote diluido y sazone. Reserve en el refrigerador. Corte el filete en tiras y marine en jugo de naranja. Escúrralo y páselo por harina y por la mezcla tempura, fría en aceite caliente.

Para la salsa Xnipec, mezcle todos los ingredientes y deje en refrigeración por 12 horas aproximadamente.

Para la salsa de frijol, en una sartén acitrone cebolla y ajo, añada el chile y posteriormente los frijoles y el caldo de pollo. Una vez que hierva retirela del fuego. Licue y cuele.

Sirva una porción de pescado y acompañelo con la salsa Xnipec y el frijol.

(para 4)

Terrina de salmón con espárragos y pistaches con salsa de alcaparras

INGREDIENTES

Para la terrina de salmón

300 g de salmón fresco
2 dientes de echalote
20 ml de mirin
50 ml de crema
2 claras
Sal y pimienta blanca
50 g de pistache tostado
5 espárragos blanqueados
1 pimiento amarillo

Para la vinagreta de alcaparras

50 ml de aceite de oliva extra virgen
30 ml de vinagre de arroz
Jugo de un limón
10 g de mostaza Dijon
100 g de alcaparras
20 g de pistache
Sal y pimienta negra

Para la guarnición

1 lechuga maple
1 lechuga frisé
Sal negra
Flor de borraja

PROCEDIMIENTO

Para la terrina, coloque en un procesador el salmón, echalote, mirin, crema y claras, sazone con sal y pimienta. Reserve.

Escalde el pimiento amarillo. Cueza los espárragos.

En un molde para terrina o sobre papel film coloque una cama de pimiento amarillo y una porción de la terrina de salmón. Disponga una cama de espárragos y nuevamente coloque un tanto de la mezcla de salmón. Envuelva y poche en caldo corto.

Para la vinagreta licue todos los ingredientes. Reserve.

Sirva la terrina acompañada de la vinagreta, sal negra y flores de borraja.

(para 4)



*Terrina de salmón con
espárragos y pistaches
con salsa de alcaparras*

Rollos de atún con vegetales, aderezo de ajonjolí y salsa de berros

INGREDIENTES

Para los rollos

8 hojas de arroz
400 g de atún
100 g de jicama en bastones
30 g de hongo Shiitake
50 g de pepino en bastones
50 g de zanahoria en bastones

Para la marinada

10 ml de jugo de limón
5 ml de jugo de jengibre
100 ml de sake
20 ml de salsa soya
20 ml de miel

Para el aderezo de ajonjolí

100 ml de jocoque
50 ml de crema
30 g de ajonjolí tostado
Sal y pimienta

Para la salsa de berros

1 manojo de berro
30 ml de mirin
30 ml de sake
50 ml de vinagre de arroz
Sal y pimienta negra

Guarnición

Chicharo japonés hervido
Jitomate cherry

PROCEDIMIENTO

Marine el atún con todos los ingredientes de la marinada por 30 minutos. Para los rollos, hidrate los hongos y filetee. Hidrate la hoja de arroz en agua caliente. Coloque sobre la hoja una porción de atún y acompañaela con jicama, hongos, pepino y zanahoria. Forme un rollo. Para la salsa de berros, blanquee los berros, licue con los demás ingredientes y sazone. Llévela a fuego hasta lograr una consistencia ligeramente espesa. Reserve.

Para el aderezo de ajonjolí, licue todos los ingredientes. Sirva los rollos con la vinagreta de berros y el aderezo de ajonjolí. Acompañelos con el chicharo y los jitomates.

(para 4)



Todos quieren ser el mejor atún



Todos quieren ser Atún Dolores

- Porque selecciona el Atún Aleta Amarilla de la mejor calidad.
- Es delicioso, bajo en grasa y en sodio.
- Es una excelente fuente de proteínas, vitaminas y minerales.
- Tiene un alto contenido en OMEGA 3.



HAZ EJERCICIO

www.pinsa.com

Una buena costumbre

*Huachinango relleno
de mariscos y hoja santa
con salsa de chile meco*



Huachinango relleno de mariscos y hoja santa con salsa de chile meco

INGREDIENTES

4 filetes de huachinango
Sal y pimienta negra

Para el relleno

1/2 cebolla finamente picada
2 dientes de ajo finamente picados
8 camarones limpios
150 g de pulpo cocido
150 g de calamar limpio
4 hojas santas

Para la salsa de jitomate con chile meco

20 ml aceite
1/2 cebolla
1 diente de ajo
3 jitomates
2 chiles mecos desvenados y fritos
300 ml de caldo de pollo
50 ml de crema

Para la guarnición

1 camote amarillo
500 ml de aceite
Hongos señorita
Flores de magüey hervidas

PROCEDIMIENTO

Para el relleno, acitroné cebolla y ajo, añada los mariscos, cocínelos por tres minutos y sazone. Retire del fuego. Rellene los filetes y enrollé, envuélvalos con la hoja santa y colóquelos dentro de papel aluminio. Reserve en refrigeración. Al momento de servir cocínelos al vapor por 15 minutos.

Para la salsa, acitroné en el aceite cebolla y ajo, añada los jitomates y chile meco al caldo de pollo. Licue, cuele y lígüe a la crema. Corte el camote en rectángulos muy delgados y fría en aceite caliente. Saltee los hongos. Reserve.

Para servir, corte el rollo por la mitad y acompañelo con la salsa, el camote, los hongos y las flores de magüey.

(para 4)



Croquetas de bacalao con salsa de curry verde

INGREDIENTES

Para las croquetas

250 g de bacalao desalado
50 g de cebolla de cambray picado con tallo
1 diente de ajo finamente picado
2 ramas de cilantro finamente picado
Sal y pimienta negra

Para empanizar

100 g de harina
2 huevos
100 g de panko

Para la salsa de curry verde

10 ml de aceite de ajonjolí
10 ml de aceite vegetal
20 g de chile de árbol fresco
10 ramas de cilantro con raíz
30 g de cebolla picada
2 dientes de ajo
Semillas de cilantro
10 ml de salsa de pescado

Sal y pimienta negra

Guarnición

Hojas lechuga frías
Hojas radicchio
Flor capuchina

PROCEDIMIENTO

Para las croquetas, cueza el bacalao en agua hasta que se encuentre suave, escurra, retire los nervios y espinas y mezcle con los demás ingredientes para formar una mezcla homogénea. Pase las croquetas por harina, huevo y panko. Fría en aceite caliente y coloque en papel absorbente para retirar el exceso de grasa.

Para la salsa, en una sartén con los aceites sofría la cebolla, ajo, añada el resto de los ingredientes y cocine por cinco minutos. Licue hasta lograr una salsa homogénea.

Acompañe las croquetas con la salsa de curry, las hojas de lechugas y la flor capuchina.

(para 4)



Envuelto de dorado y piña con vinagreta de jitomate confitado y aire de coco

INGREDIENTES

Para el envuelto

350 g de filete de dorado

200 g de piña

100 g de jamón serrano

Para la vinagreta de jitomate confitado

80 g de jitomate confitado

30 ml de vinagre de vino blanco

150 ml de aceite de oliva extra virgen

1 diente de ajo tostizado

Sal y pimienta negra

Para el aire de ajo

200 ml de leche de coco

3 g de ajo en polvo

Sal al gusto

2.5 g de lecitina de soya

Para acompañar

30 g de Harusame frito para decorar

Flores fiusha.

PROCEDIMIENTO

Para formar el envuelto, corte el pescado y la piña en rectángulos iguales. Enróllelo con el jamón serrano y hornee por 15 minutos a 200° C.

Para la vinagreta, licue todos los ingredientes y reserve.

Para la espuma, sazone la leche de coco con el ajo en polvo y sal, añada la lecitina de soya y con el túrmix genere el aire de coco. Sirva el envuelto con una porción de vinagreta y una cucharada del aire de ajo, acompañe con harusame y flores fiusha.

(para 4)





Esmedregal con adobo y mayonesa de mango

INGREDIENTES

30 ml de aceite de oliva
4 filetes de robalo de 200 g c/u
 Sal y pimienta negra

Para el adobo

2 chiles guajillo
 1 chiles ancho
200 ml de jugo de naranja
40 g de cebolla
 1 diente de ajo
 Semilla de cilantro
 Comino en polvo

Para la mayonesa de mango

1 Yema
10 g de mostaza Dijon
 Gotas de jugo de limón
 Sal
 Pimienta de cayena
180 ml de aceite de oliva
60 ml de pulpa de mango

Para el aceite de cilantro

100 ml de aceite de oliva
 3 ramas de cilantro
 Guamación
 1 mango en cubos chicos
 2 tortillas azules en julianas y fritas
 2 limones en supremas

PROCEDIMIENTO

Para el adobo, desvene los chiles y ase junto con la cebolla y ajo. Licue los chiles con el jugo de naranja, vinagre y especias. Cuele. Debe resultar un adobo espeso. Untelo a los filetes de robalo y hornée o ase a la parrilla.

Para la mayonesa, en un bowl coloque la yema, mostaza, jugo de limón, sal y pimienta. Agregue a punto de listón el aceite y mueva constantemente con el batidor para lograr que emulsione.

Para el aceite, licue todos los ingredientes. Para servir, coloque un filete de robalo acompañado de una porción de mayonesa de mango. Acompañelo también con el aceite de cilantro, cubos de mango, julianas de tortilla y las supremas de limón.

(para 4)

Los mejores chefs de México compartirán sus conocimientos
por medio de las sesiones prácticas del programa

EXCELENCIA ²⁰ *deleitable* ¹⁰

PALADARES QUE COMPARTEN



PAULINA ABASCAL

Canal elgourmet.com

Postres

23 de mayo



LUIS DEL SORDO

The Palm Restaurant

Cocina californiana

30 de mayo



VICENTE TORRES

Oca Restaurante

Vanguardia mediterránea

13 de junio



RICARDO MUÑOZ

Restaurante Café

Azul y Oro

Cocina mexicana

27 de junio



JOSÉ RAMÓN CASTILLO

Chocolatería Que Bo!,

Canal elgourmet.com

Chocolatería

11 y 18 de julio

Para reservar su lugar o conocer más detalles
favor de comunicarse a los teléfonos

5674 • 4368 y 5672 • 1271

Horario de las sesiones: 9 a 13 hrs.

GASTRONOMÍA DE VANGUARDIA

Serafín Olarte No. 151 Col. Independencia Deleg. Benito Juárez México D.F.

www.sacchi.com.mx



ACADEMIA DE
ARTE CULINARIO
SACCHI





Huachinango con costra de aceituna negra, salsa de pimiento rojo y queso cabra

INGREDIENTES

4 filetes de huachinango de 200 g c/u
30 ml de aceite de oliva
Sal y pimienta negra

Para la costra de aceituna

200 g de aceituna negra
3 ramas de perejil
2 cdas. de ralladura de un limón
1 diente de ajo
25 ml de aceite de oliva
30 g de almendra sin piel

Para la salsa de pimiento y queso cabra

20 ml de aceite
80 g de cebolla
2 dientes de ajo
2 pimientos rojos (escalfados)
90 g de queso de cabra
200 ml de fumet
50 ml de crema dulce
Sal y pimienta negra

Guarnición

80 g de calabazas amarillas
Brotos de borraja

PROCEDIMIENTO

Procese todos los ingredientes de la costra y mezcle. Salpimente los filetes y cubra una de sus caras con la costra. Hornee por 20 minutos a 180° C.

Para la salsa, escalde el pimiento rojo. En una sartén acitroné en el aceite cebolla y ajo y agregue los pimientos. Añada el fumet y cocine a fuego bajo hasta que comience el hervor. Licue con el queso de cabra y la crema. Cuele y regrese al fuego para sazonar y rectificar la consistencia. Blanquee las calabazas.

Sirva el huachinango acompañado de la salsa de pimiento rojo, las calabazas y los brotes de borraja.

(para 4)



Mantarrraya con salsa de café y vainilla con arroz salvaje

INGREDIENTES

30 ml de aceite de oliva
4 filetes de mantarrraya 180 g c/u
Sal y pimienta negra

Para la salsa de café y vainilla

250 ml de agua
100 g de piloncillo
30 g de café recién molido
2 vainas de vainilla
10 g de fécula de maíz
Sal

Para el arroz salvaje con pimientos

200 g de arroz salvaje cocido
10 ml de aceite de oliva

10 g de mantequilla
1 diente de chalote finamente picado
40 g de pimiento rojo en cubo chico
40 g de pimiento amarillo en cubo chico
30 g de almendra fileteada
Sal y pimienta negra

Para la guarnición

100 g de calabazas
50 g de jitomate uva amarillo

PROCEDIMIENTO

Para la salsa, coloque agua, piloncillo, café y vainilla en un cazo y cocínelos a fuego medio. Una vez que se hayan incorporado los ingredientes integre la fécula de maíz diluida en tres cucharadas de agua y sazone.

Retire del fuego una vez que haya tomado una consistencia ligeramente espesa.

Para el arroz, saltee en una sartén con aceite y mantequilla el chalote, pimientos y almendras, añada el arroz y sazone.

Selle los filetes y termine su cocción al horno. Sirva una porción de arroz, encima el filete de mantarrraya y salsee. Acompañe con las calabazas y el jitomate amarillo.

(para 4)

Agradecemos a la Academia de Arte Culinario Sacchi, la chef Andrea Ángeles Macedo y Omar Sandoval, así como a los alumnos Nicol Zamorano, Sandra González, Martha Uribe Del Río, Zurisadai Sánchez, David Sánchez-Navarro e Israel Ortega por su apoyo para la realización de este artículo.



**Los mejores chefs
todos los días**
a las 11 de la mañana

Vive México en



radiomil.com.mx

NRM Comunicación con emoción!
COMUNICACIONES

Platos de

primavera



LA CHEF ZAHIE TELLEZ DEL RESTAURANTE SALOTTO NOS INCITA A COMENZAR LA PRIMAVERA CON UN MENÚ SENCILLO Y RÁPIDO.

FOTOS: FERNANDO GÓMEZ CARBAJAL

En esta ocasión nos anticipamos a la época más florida del año, presentando un menú italiano que evitará que la temporada nos tome por sorpresa.

Los eventos temáticos son la tendencia en este 2010, por lo que en esta ocasión la chef Tellez no sólo nos transporta a las costas mediterráneas, sino que propone un menú cromático colmado de tonos anaranjados muy *ad hoc* al inicio de una temporada que promete vibrantes atardeceres.

El toque femenino se hace presente en estos platos que brillan como el sol de la temporada, amalgamando texturas cremosas en una delicada pasta, sabores marinos que despiertan en una deliciosa receta de salmón, un invierno que se despidе con una salchicha italiana, y un cremoso postre de mandarina cargado de vitamina C.

Un estupendo pretexto para reunir a sus seres queridos y festejar el cierre del invierno. ■

Cappelletti di fonduta

INGREDIENTES

Para 1 kilo de masa.

400 g de jugo de zanahoria

1 kg de harina

7 huevos enteros

Sal

para el relleno

100 g de mantequilla

500 ml de crema Lyncott

500 g de mozzarella

1 kg de queso fontina

50 g de yema de huevo

250 g de tocino

PROCEDIMIENTO

Para la masa, rompa los huevos en una fuente, agregue la sal y el jugo de zanahoria, ponga poco a poco la harina hasta formar una masa homogénea y deje reposar en el refrigerador una hora. Para el relleno, caliente la mantequilla con la crema y los quesos hasta que formen una salsa homogénea. Apague y agregue la yema de huevo y mezcle bien. Deje enfriar y rellene una manga de pastelero con duya, corte en círculos pequeños y en medio de la pasta ponga un poco del relleno. Cierre en medias lunas y una los extremos para formar el *cappello*.

PRESENTACIÓN

Cuezca en agua con sal y cuando estén listos sívalos con panceta frita encima y parmesano rayado.

(para 4)







Salmone alla piastra

INGREDIENTES

4 filetes de salmón
Arúgula
150 g de jitomate cherry
Pimientos
Aceite de oliva extra virgen
Alcaparras

PROCEDIMIENTO

Caliente el salmón en el horno por 15 minutos con sal y un poco de aceite de oliva. Aparte, ase una ensalada con la arúgula, las alcaparras, el jitomate y el aceite.

PRESENTACIÓN

Sirva con salsa de pimientos
(para 4)

Capunet (envuelto de salchicha italiana y verduras, en salsa de zanahoria con chícharos)

INGREDIENTES

1 lechuga romana
100 g de cebolla
100 g de zanahoria
50 g de mantequilla
2 ramas de romero
1/2 kg de carne de puerco molida en molino
1/2 kg de salchicha italiana molida en molino
100 ml de crema
50 g de parmesano
1 yema de huevo
30 g de sal
10 g de pimienta
300 g de espinacas
1 kg de zanahoria
1 l de caldo de pollo
1 cda. de sal

PROCEDIMIENTO

En una olla grande, ponga a freír la mantequilla y agregue cebolla y romero. Una vez acitronados agregue la zanahoria ya blanqueada, deje a fuego bajo. Fria las carnes (pasadas por el molino de carne) en aceite hirviendo hasta que estén doradas. Póngalas por separado a colar y quite el exceso de aceite. Cuando las carnes estén listas, agregue la zanahoria y la cebolla, baje el fuego y deje cocinar a fuego medio bajo. Agregue el huevo, la crema, sal y pimienta. Rectifique el sabor. Blanquee la lechuga por siete minutos, dejela enfriar y rellénela con la mezcla de carne. Frialas en aceite.

PRESENTACIÓN

Sírvala con salsa de zanahoria y chícharos (para 4)

Panna cotta con mandarina

INGREDIENTES

1 l de leche
1 l de crema
20 g de grenetina
2 mandarinas
200 g de azúcar

PROCEDIMIENTO

Hierve la leche con la crema y el azúcar. Lejos del fuego agregue la grenetina hasta disolver. Meta en moldes al refrigerador hasta que cuaje.

PRESENTACIÓN

Sirva con el jugo de mandarinas y en gajos.
(para 4)





Orígenes *prehispánicos*

CONOCEMOS TAN SÓLO UNAS
CUANTAS VARIEDADES DE
JITOMATE, SIN EMBARGO, EXISTEN
MÁS DE 100 Y ALGUNAS CORREN
PELIGRO DE DESAPARECER. TRES
AVENTUREROS DECIDIERON
INVESTIGAR Y ARRIESGARSE A
RESCATAR AUTÉNTICOS VESTIGIOS
VIVOS QUE DATAN DE TIEMPOS
PRECOLOMBINOS.

POR ANGÉLICA HERNÁNDEZ
FOTOS: FERNANDO GÓMEZ CARBAJAL

Mesoamérica aportó al mundo un extraordinario ingrediente que vendría a revolucionar gran parte de la gastronomía mundial: el tomate, como se le conoce en el norte del país, o jitomate, como se le llama en el centro y sur —y aun: *xitomatl*, del náhuatl *xictli* (ombligo) y *tomatl* (tomate)—, el cual ha formado parte de la mesa mexicana desde tiempos remotos.

El famoso cronista de la Colonia, Bernál Díaz del Castillo, realizó diversas descripciones de las costumbres alimentarias de los habitantes del México prehispánico entre las que se menciona el famoso fruto rojo. De acuerdo con sus relatos, era un ingrediente imprescindible en los platillos no sólo del pueblo, sino del emperador. Su existencia no sólo se limitó a la utilización de unas cuantas variedades, se dice que en aquel entonces ya había más de 80 tipos, que eran utilizados para la realización de variados platillos coronados con salsas elaboradas con el fruto. Posteriormente, los españoles lo llevaron a Europa, donde hasta ahora es un ingrediente indispensable en muchos de sus platillos.

Tomates al rescate

Dante Aguilar, cineasta de profesión, investigó a profundidad el meollo tomatero y llevó a cabo un profundo estudio para rescatar algunas variedades que se consideraban en vías de desaparición. Según nos platica, en 1982, la Universidad de Florida vino a México a hacer un estudio de campo acerca del tomate, y encontró alrededor de 80 variedades a lo largo y ancho del país. De ahí a Dante le surgió la inquietud de viajar por territorio nacional para estudiar concienzudamente cada uno de los tipos encontrados y así contribuir a su difusión y recuperación.

En palabras de Dante, una variedad ancestral es un cultivo que fue común en épocas más tempranas de la historia humana, pero que no ha sido utilizada en la producción moderna a gran escala o comercial. Muchas variedades ancestrales de hortalizas han sobrevivido a través de la polinización abierta,



LUIS, DANTE Y MAURICIO HAN LOGRADO ADAPTAR A SUS CULTIVOS URBANOS VARIEDADES DE JITOMATE REGIONAL.



mientras que los árboles frutales se han propagado a través de los siglos por medio de esquejes e injertos.

Aunque en la última década la tendencia a cultivar variedades ancestrales ha adquirido mayor popularidad en Europa y Estados Unidos, hoy día está llegando a otros países como México.

Antes de la industrialización y globalización de la agricultura, existía una variedad **mucho mayor** de plantas, **vegetales** y **frutos comestibles**.

Antes de la industrialización y globalización de la agricultura, existía una variedad mucho mayor de plantas, vegetales y frutos comestibles. En la agricultura moderna, sin embargo, la mayoría de los alimentos son desarrollados en inmensos terrenos de monocultivo, además de que, para maximizar el "agrado" del público consumidor y el beneficio económico de los distribuidores finales, sólo cultivan unas cuantas variedades de cada uno de los vegetales. Son seleccionadas con base en su productividad, pero también por su capacidad para tolerar la cosecha mecánica, la vida de anaquel, los largos viajes a otros países y continentes, las heladas y los pesticidas. El cultivo ancestral no sólo representa un llamado al rescate y al origen, sino una reacción positiva ante estas tendencias globalizadas.

Los cultivadores de plantas ancestrales pueden tener diferentes motivaciones, como el interés histórico por preservar la

JITOMATES DE AÑAÑO

Guaje morado: una variedad de color ciruela que es cultivado desde hace tiempo por su gran sabor y color.

Amarillo: su sabor tiene toques dulces más que ácidos, y a la vista sorprende por la vivacidad de sus tonos.

Rosa: delicado e inusual color rosa que confunde a la vista pero no al paladar, ya que el sabor es de auténtico jitomate.

Blanco: dulce y con intenso sabor, sin llegar a la dulzura del cherry.

Bengala: llamado así por sus deslumbrantes rayas doradas. Su sabor es intenso y ácido.

Blanco bola: sabor suave y color único.

Jitomate milpero: este es el más pequeño y escaso de todos por su diminuto tamaño y excelente sabor. Nunca olvidará la sensación y el intenso sabor de este jitomate cuando revienta dentro de la boca.

Pimientos: deliciosos con todo y semillas. Poseen colores deslumbrantes como rojo, morado y amarillo.

Jitomate riñón: es una variedad resistente a plagas y enfermedades, su forma y tamaño lo hacen uno de los jitomates más extravagantes.

Bolita amarillo: su color llamativo y su pequeño tamaño lo vuelven muy atractivo, además de tener un extraordinario sabor.

Verde zebra: físicamente llama la atención por sus originales rayas verdes, en sabor es muy intenso y jugoso.



EL JITOMATE RIÑÓN O RIÑONERO, ES MUY COTIZADO NO SÓLO POR SU SABOR Y CURIOSA APARIENCIA, SINO PORQUE ES MUY RESISTENTE.



DENTRO DE LOS CULTIVOS QUE PRODUCEN ESTÁN LOS BROTES O MICRO GREENS, MUY DE MODA EN TODAS LAS COCINAS MUNDIALES. ÉSTOS BROTES PUEDEN SER DE DIVERSOS FRUTOS Y VEGETALES, Y CONTIENEN MUCHO SABOR Y NUTRIENTES.

especie o dar al mercado variedad de sabor. No hay hasta ahora ninguna regla en cuanto a la edad de una variedad para que pueda ser considerada ancestral, si bien muchos horticultores consideran 1951 como el año en que una de ellas pudo haber sido originada y ganado ese nombre.

De azotea

Dante descubrió un día otra utilidad de su azotea y comenzó a experimentar en ella una

de sus pasiones más recónditas: el cultivo de frutos y vegetales. Primeramente probó con un poco de hidroponia (método para cultivar plantas a base de soluciones minerales en lugar del suelo agrícola). Su producción era grande y sustentable, las cualidades físicas de los alimentos eran las esperadas, sin embargo, conforme iba avanzando descubrió que lo mejor era hacerlo totalmente orgánico. “Tengo ocho años sembrando en mi azotea, comencé con hidroponia pero al poco tiempo

me cambié a cultivos orgánicos. La transición la realicé por un experimento que realicé depositando en un recipiente alto con agua un producto orgánico y uno hidropónico, el jitomate hidropónico flotó, mientras que el orgánico se fue al fondo. Esto de debió a que el hidropónico no contenía ningún nutriente, estaba hueco, por llamarlo de alguna forma, mientras que el orgánico concentraba todos los nutrientes y minerales en su pulpa, lo cual lo hace más pesado”, comentó.



En términos del cuidado del planeta, Dante explica que cuando no se tiene un cultivo orgánico la extracción de sales se vuelve algo realmente contaminante. Se hacen hoyos en el subsuelo para extraer minerales, entran máquinas, sacan roca, tierra y llegan a la fábrica; ésta usa calor para realizar la extracción de las sales y usa grandes grados de calor para poder purificarlas. “Al final es absurdo que después de haber cultivado jitomates te hayas echado bosques, en términos generales no es éticamente natural”, dijo.

Siembra de sabores

Después de haber experimentado tanto con el rescate de los jitomates como con algunas otras especies, decidió distribuirlos en restaurantes, fue ahí donde conoció al chef Mauricio López, su futuro socio y amigo, chef ejecutivo de Grupo Castellanos. “Sucedió un día en que Mauricio me pidió una mayor producción de mis jitomates, en especial del milpero, que es su favorito. Le comenté que mi producción era escasa y que si quería obtener más de ellos debía ayudarme”. De ahí surgió la idea de invitar a Luis Mendiola, el tercer socio y sub chef de Grupo Castellanos. “Luis tenía un terreno de su suegro y decidimos ocuparlo para agrandar la producción y con esto experimentar en traer nuevas variedades de tomate y de otros vegetales”, señaló.

Desde hace dos años a la fecha los tres socios poseen ocho de las 25 semillas de jitomates sembradas, tanto en las famosas azoteas de sus casas como en un invernadero de 100 metros cuadrados con todos los cuidados necesarios para la producción orgánica. Cuentan con su propia lombricomposta para generar el humus, una mejor tierra que brinda a los vegetales mayor riqueza. Todos los materiales que usan son materia reciclable que sale tanto de los restaurantes de Grupo Castellano como de sus propias casas.

Dentro de las variedades sembradas se encuentran: el jitomate guaje morado, el rojo estriado, guaje blanco, guaje amarillo, verde zebra, jitomate riñón o riñonero, milpero y bolita amarillo.

También cuentan con otros vegetales como: brócoli, betabel, cilantro, chaya, daimon (rábano blanco), entre otros. “Trajimos





ARRIBA: JITOMATE ZEBRA AL QUE LE FALTAN ALGUNOS DÍAS PARA LLEGAR A SU MADURACIÓN TOTAL. ÁBAJO: JITOMATE PERA, UNA VARIEDAD MUY DULCE Y BUSCADA.

muchos tipos de semillas de Estados Unidos y de varias partes del mundo. Son vegetales no comunes o extremadamente raros. Actualmente estamos experimentando con varios de ellos”.

Asimismo, se encuentran experimentando con los ahora tan aclamados *micro greens* o brotes (*micro-vegetales*) de más de 10 distintas semillas, variedades ancestrales del jitomate, zanahoria, betabel, calabazas y hierbas, entre otros.

La gama de productos existentes están en constante crecimiento, son cultivos 100% locales, artesanales, orgánicos sin certificación y de producción limitada.

Estos brotes nacen de las primeras hojas verdaderas en las plantas, después de los cotiledones. En ese momento, en el ADN en las plantas ocurre una explosión de minerales y vitaminas en las plantas. Su contenido alimenticio es mucho mayor que el que se encuentra en una planta adulta. Por si fuera poco, el sabor es puro y concentrado y a la vista son un verdadero deleite.

Actualmente, son varios los chefs que



promueven los productos orgánicos de estos tres paladines gastronómicos dentro de sus restaurantes, por lo que no se extrañe de que alguno de los ingredientes de su plato haya

sido cultivado en alguna azotea que alguna vez alojó no jardines colgantes como los de Babilonia, sino las prendas de Dante cuando aún no contaba con secadora de ropa. ■

NUEVO

COME QUESO CREMA

El Cielo

no está libre de pecados.

ENVIDIA

Es inevitable cuando veo que alguien cocina
con las nuevas rebanadas Philadelphia®.



Nuevas REBANADAS Philadelphia®, dejarlas caer será tu tentación.
Más recetas en philadelphia.com.mx



Un paseo por Las Nubes



OCULTO EN UNA PEQUEÑA ISLA DEL CARIBE SE ENCUENTRA UN PARAÍSO TERRENAL, DONDE EL AZUL TURQUESA DEL AGUA BAÑA LA FINA ARENA BLANCA Y JUEGA CON EL VERDE MISTERIOSO DE LA SELVA. EL ESCAPE IDEAL PARA QUIENES BUSCAN SÓLO LO MEJOR.

POR ADRIANA ESPINOSA

FOTOGRAFÍAS: FERNANDO GÓMEZ CARBAJAL

En la punta norte de la Península de Yucatán se encuentra la isla Holbox, cuyo significado en lengua maya es "hoyo negro" (nombrada así por el agua color oscuro de la laguna en la parte sur de la isla). El lugar, fundado en el año 1873, poco a poco ha ido logrando la fama no sólo de paradisiaco gracias a sus aguas caribeñas y a sus áreas protegidas como la reserva ecológica "Yum Balam", sino de exclusivo.

Los hoteles en Holbox son de tipo ecológico, construidos con techos de palma, sobre vigas y utilizando los materiales de la localidad y técnicas alternativas. Y en verdad, lo ecológico no está peleado con el lujo...

Tal es el caso del hotel Las Nubes, donde se conjugan el paisaje selvático, el mar caribe una arquitectura acorde al entorno y el sibirismo absoluto; un lugar ideal para el descanso que ofrece todas las comodidades



DATA

Hotel Las Nubes
Paseo Kuká s/n, esquina Calle Carnarón
Quintana Roo, México
52(984)875-2300
reservas@lasnubesdeholbox.com

de un gran hotel, pero en la intimidad de un pequeño escondite.

Dentro de las habitaciones, 19 en total, donde la luz se cuela a través del techo de palma, hay hermosos detalles como una hamaca yucateca que invita a merecerse mientras se ve el mar por la ventana, y por supuesto, aquí la modernidad se hace presente, ya que hay Internet inalámbrico disponible.

Rincones para disfrutar los hay varios: el deck desde donde uno puede admirar y sentir la brisa del mar, la alberca para refrescarse en esos días calurosos, el salón de juegos para pasar momentos divertidos, así como el restaurante La Arena y el bar La Brisa, desde donde se ven magníficos atardeceres.

La Arena ofrece especialidades de la cocina internacional con algunos platillos del mar que evidencian la calidad de la pesca de la zona, y por supuesto algunos platillos mexicanos no podían faltar. Aquí lo mejor es el pan hecho en casa y la estupenda vista que brinda su privilegiada ubicación. La Brisa, por su parte, cuenta con una fina selección en su carta de vinos y una amplia variedad de martinis.

El hotel Las Nubes ofrece algunas actividades recreativas para realizar alrededor de la zona, ya sea buceo y kayak para los más



LA DECORACIÓN ES ELEGANTE, CON EL ESTILO DE LAS CASAS DE MAR, UTILIZANDO MATERIALES NATURALES DE LA REGIÓN.



PRIVACIDAD, LUIJO Y ESPACIO SON LAS CARACTERÍSTICAS DEL HOTEL.



extremos, o caminata y avistamiento de más de 150 especies de aves para los más distendidos. Para visitar el centro de la isla, el hotel renta carritos de golf, ya que si bien no está tan lejos, el calor y el sol hacen de las suyas complicando el viaje.

Uno de los atractivos principales de Holbox es la visita del tiburón ballena, y los viajes en lancha para su avistamiento, servicios que, por supuesto, también están disponibles en el hotel. Para llegar a Holbox es necesario embarcar desde la población de Chiquilá, Quintana Roo, ubicada a dos horas de Cancún. ●





BRICK, OFRECE UNA ARQUITECTURA DE INTERIORES CÁLIDOS, DE VANGUARDIA DONDE SE CONJUGA EL LUJO Y ELEGANCIA QUE INVITAN A DISFRUTAR DE UNA ESTANCIA ÍNTIMA Y PLACENTERA.

Brick: Lujo

La colonia Roma es uno de los barrios más vibrantes de la ciudad de México. Sus parques, plazas, casonas antiguas, restaurantes, tiendas y sus rincones dedicados al arte y la cultura, la convierten en una zona cosmopolita y muy de moda.

Ahí se encuentra Brick, un recinto que recién abrió sus puertas, en donde el lujo, la arquitectura, la modernidad y la buena cocina, se amalgaman con el sabor de barrio de la colonia Roma. Este hotel boutique habita una casona de principios del siglo XX restaurada en su totalidad, la cual está ubicada en la calle de Orizaba a unos pasos de la plaza Río de Janeiro.

El hotel cuenta con 17 habitaciones, de las cuales siete son suites y cuatro son *loft penthouse* que tienen balcón con estupendas vistas de la zona, y tina privada. Cada habitación está llena de detalles que evidencian el cuidado que se puso en el hotel, incluyendo las amenidades, un verdadero deleite de la reconocida marca Kiehls.

El Honesty Bar ubicado en una bella terraza es toda una experiencia. Aquí el huésped se puede sentir como en la sala de su casa, seleccionando de una amplia variedad de botellas la que sea de su agrado, para crear un trago a su gusto. Al final, el huésped únicamente tiene que anotar en un libro el consumo que ha hecho, el cual se cargará al



en la Roma

UN NUEVO RINCÓN LLEGA A LOS CONFINES DE LA COLONIA ROMA EN LA URBE MEXICANA. SU ARQUITECTURA Y GASTRONOMÍA, LO CONVERTIRÁN SEGURAMENTE EN UNO DE LOS FAVORITOS DE LOS VIAJEROS SIBARITAS NO SÓLO DE MÉXICO SINO DEL MUNDO.

POR FABIOLA DE LA FUENTE
FOTOGRAFÍAS: FERNANDO GÓMEZ CARBAJAL



final a su cuenta, por ello el nombre de Bar de Honestidad. Este bar también tiene un menú de tapas para redondear la velada.

En cuestión gastronómica, Brick cuenta con el respaldo y la firma del famoso chef Richard Sandoval, una figura originaria de México que ha creado famosos conceptos culinarios alrededor del mundo, en ciudades como Nueva York, Qatar, y ahora México. Su idea aquí fue recrear dos espacios muy diferentes: Olivia y La Moderna.

Olivia es un concepto muy *ad hoc* para la zona, sin pretensiones, ofrece una cocina sencilla pero deliciosa, entre las delicias que conforman la carta están algunos sándwiches, ensaladas y especialidades cotidianas de la cocina mundial como las pizzas al horno de leña o el croque monsieur, una delicia



EL CHEF RICHARD SANDOVAL ES QUIEN ASESORA LA PARTE GASTRONÓMICA EN ESTE NOVEDOSO CONCEPTO.

DATA

Hotel Brick
Orizaba 95, Roma Norte
México, D.F.
Tel. 55 5525 1100
www.hotelbrick.com

francesa que se destaca por su simplicidad. Aquí el ambiente es muy como de barrio, y los precios son muy accesibles como para que no sólo los huéspedes sino los lugareños lo hagan su lugar de todos los días.

La Moderna es una *brasserie* que muestra una oferta gastronómica tradicionalmente francesa, con platos épicos como el coq au vin o el boeuf bourguignon. El espacio es elegante y sobrio, pero sin duda muy amigable como el resto del hotel. La cava de vinos cuenta con una muy cuidada selección de etiquetas de todo el país, destacando por supuesto las de México.

Sin duda Brick es un novedoso concepto repleto de detalles, lujo y exclusividad que brindará a quienes visitan la gran metrópoli una estupenda opción ubicada en una zona alternativa, diferente y vibrante. ●

España

El gigante despertó

POR JESÚS DIEZ

El gran mosaico climatológico de tierras y elaboraciones que nos ofrece España, desde sus vinos blancos chacolis de la zona vasca en el norte hasta los grandes vinos de Jerez de largo envejecimiento elaborados en el sur, pasando por espectaculares blancos, rosados y tintos de gran expresión, lo hacen uno de los más completos de todo el mundo.

Ahondando un poco en la historia podemos ver que los primeros vestigios que se tienen en la península datan de los siglos VI y V a.C., con dos vías importantes de entrada como la zona catalana y la zona andaluza, antiguamente conocida como Bética.

Después, durante la época de los romanos, se cultivaron grandes extensiones de vid, todas ellas bajo la tutela romana, maestros de los ibéricos en el arte de la viticultura. Dicho desarrollo fue frenado por la conquista árabe, aunque por suerte sobrevino una nueva replantación de vides en la cual los monasterios tuvieron una influencia importante. Tanto así que muchas regiones de vino nacieron a causa de los grandes viajes que hacían los devotos de distintos santos de la antigüedad.

Esta es la historia que ha forjado los vinos españoles. Y hoy día su clasificación está regulada por el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación-Ganadería, con la cual se pretende que el desarrollo y carácter de los vinos sea paulatino hasta lograr los más altos estándares de calidad y originalidad.

Una de leyendas más conocidas es la "Denominación de Origen", la cual, como su nombre lo indica, intenta señalar la peculiaridad de una zona por su originalidad en clima, terreno, variedades y elaboraciones. Cuando las cotas de calidad se mantienen durante determinado tiempo, dichas denominaciones obtienen un grado superior llamado "Denominación de Origen Calificada", la cual, en España, sólo ostentan dos zonas: Rioja y Priorato.

Debajo de éstos existen vinos cuyo paraje los dota de peculiaridades especiales, notorias y bien expresadas, razón por la que se les otorga la leyenda "Vinos de Calidad con Indicación Geográfica", en la cual ostentarán el calificativo de la zona.

Enseguida encontramos los "Vinos de mesa", si bien frecuentemente las bodegas hacen excelentes elaboraciones que pueden compararse con las denominaciones de origen.

Inmediatamente después vienen los "Vinos de la Tierra", que expresan organolépticamente las características de algunas zonas, pero no cuentan con legislación tan importante como la D.O.

Una mención aparte merece la leyenda "Vinos de Pago", que clasifica los terruños especiales de pequeñas elaboraciones, pero con características rara vez halladas en las producciones mayores.

Finalmente, comentaremos algunas de las elaboraciones, comenzando por el norte y los famosos chacolis (txakolin en euskera), que son vinos jóvenes, con residuo carbónico, elaborados con uvas autóctonas de la región vasca. De ahí pasamos a los grandes vinos blancos de D.O. Rías Baixas, con sus excepcionales albariños, sin dejar atrás a los buenos blancos de D.O. Rueda de uva Verdejo, excepcionales con mariscos.

Siguiendo la corpulencia de los vinos nos vamos a los rosados de D.O. Navarra y de ahí pasamos a los tintos, como los jóvenes y frescos de las regiones sureñas de Yecla, Valencia, Mancha e inclusive de Ribera del Guadiana, por nombrar algunos con notas de frutos rojos. Después pasamos a los clásicos D.O. Rioja con parte de bodegas que siguen conceptos modernos de vino y los D.O. Ribera del Duero que dieron un giro a la elaboración en España por sus vinos impetuosos y con gran carga de fruta. Para cerrar, nada mejor que los nuevos D.O. Bierzo y D.O. Toro con sus características de terreno y variedades autóctonas.

La costa catalana nos ofrece un mosaico interesante de nuevos vinos con expresiones diferentes de terreno, con mineralidades marcadas y equilibrio perfecto, pasando por zonas de modernidad absoluta en sus equipos y elaboraciones como Somontano.

Para cerrar este precioso paraje de vinos, apreciaremos los grandes vinos de Jerez, que por sus levaduras inigualables, su "proceso jerezano" de elaboración, sus uvas autóctonas y su envejecimiento en barrica, nos ofrece Finos, Manzanillas y Amontillados ideales como aperitivo. Sin olvidar los Olorosos y los famosos PX, extraordinarios como vinos de postre.

Si después de este recorrido por España no se les antoja algo, tendrán que cambiarse del mundo de los vinos y la comida a otro que ofrezca algo más, aunque que dudo que lo haya.

Para muestra bastarán, por lo pronto, unos cuantos vinos... ■



Pentio Verdejo

Cerca de una de las zonas de elaboración de los tintos más poderosos de España se encuentra la D.O. Rueda, que elabora blancos espectaculares. La uva autóctona se desarrolla de manera especial en este clima. De color amarillito pajizo con destellos verdosos y oro, revela un brillante vino de aromas a frutos cítricos y flores que nos recuerdan los azahares y las limas. En boca su mineralidad se refuerza después de pasar por nariz, ofreciéndonos cremosidad y salivación, como signo de su acidez. Su despliegue es largo y con un dejo amargo que lo ensalza al final y nos ayuda a maridar con una buena ensalada que incluya espárragos y alcachofas.

Región: D.O. Rueda, Castilla-León
Bodega: Tera y Castro
Precio: 235 pesos
Uva: 100% Verdejo

Muga Blanco

Rioja se caracteriza por sus tintos, pero en ciertos terruños las condiciones arrojan blancos de gran calidad. De color amarillo dorado con reflejos verdosos en su ribete, limpio y de buena densidad, despliega una nariz rica en frutos secos y tropicales maduros como el chabacano, terminando con dejos minerales y mantequilla. En boca es cremoso por su elaboración en barrica sobre lías y con recuerdos a frutas tropicales. Perfecto con un pescado de buena carga grasa.

Región: D.O. C. Rioja
Bodega: Muga
Precio: 248 pesos
Uva: Viura y Malvasia



Coma Vella

La uva Garnacha es peculiar en el mediterráneo y el Priorato no es la excepción. Las uvas provienen de plantas de entre 25 y 30 años, por lo que tendremos concentraciones impetuosas y de gran calidad. A la vista ofrece colores cereza con ribetes en obispo y en nariz las frutas del bosque relucen de inicio, para dar paso al sotobosque lleno de champiñones y notas típicas del terruño en grafito. En boca es corpulento, tanino presente pero bien pulido, carnosos, de gran acidez, con notas mentoladas y final largo y mineral.

Región: D.O.C. Priorat, Cataluña
Bodega: MAS D' ENGL
Precio: 574 pesos
Uva: Garnacha y Tempranillo



Finca Elez

La denominación Finca Elez, una de las pocas representadas por una sola bodega, hace desarrollos interesantes cerca de Madrid. La característica de este terruño es peculiar por sus suelos francos, arcillosos, con calizas y margas. En color pinta a violáceo subido con destellos escarlata y en nariz es aromático lleno de fruta, moras y frambuesas, con un manto de suelo mojado y ligeras especias. En boca es carnosos con un gran despliegue, de una perfecta acidez con taninos pulidos de viñedo. Largo y perfecto para cortes de carne saiseados con ciruelas.

Región: D.O. Finca Elez,
Bodega: Manuel Manzaneque
Precio: 250 pesos
Uva: Cabernet Sauvignon, Tempranillo y Merlot



Laus Crianza

El llamado Napa español se hace presente con un vino de fácil paso por boca y agradable paladar final. De colores rojo vivo con destellos violáceos, aroma a especias, fruta roja y negra y dejos de cuero que nos recuerdan la tierra mojada. En boca y nariz los aromas vacilan entre fresas, frambuesas y ciruelas, para terminar con un retrogusto con un punto de acidez bien lograda, perfecto con unas sardinas asadas.

Región: D.O. Somontano

Bodega: Laus

Precio: 223 pesos

Uva: Tempranillo, Merlot y Cabernet Sauvignon



Escarabat

La zona de Priorato tiene su abo-lengo gracias a sus cepas viejas y suelos pizarrosos en sus laderas que nos envían vinos de gran carácter. Éste en particular nos revela una coloración cereza profunda con ribetes ocre y violeta. En nariz el desarrollo de la mineralidad es considerable por su origen de suelo y su altura de producción. En boca es de buena intensidad, sedoso y con mucha fruta en su desarrollo, perfecto con filetes de carne o tacos de arrachera.

Región: D.O.C. Priorat

Bodega: Marqués-Estrems

Precio: 1380 pesos

Uva: Garnacha y Cariñena



Summa Varietalis

Como su nombre lo indica, una suma de varietales, terruños y barricas da lugar a este vino. Su color granate intenso nos indica su intensidad. En nariz el despliegue es de notas frutales negras; enseguida saltan los aromas balsámicos, con finales de café y chocolate. En boca es carnosos, tanino potente y bien pulido y notas de madera nueva de grano fino, es perfecto con carpaccio de buey con alcázaras.

Región: D.O. Valdepeña

Bodega: Dominio de Valdepeña

Precio: 362 pesos

Uva: Syrah, Cabernet Sauvignon y Petit Verdot



Alonso Del Hierro

La tipicidad de los vinos de Ribera del Duero por sus notas de cuero y animal de establo es indiscutible. De color cereza intenso, con destellos en morado, limpio y de buena capa, despliega sus aromas esenciales. Con el tiempo se abre y tenemos notas de bosque bajo unidas a sutilezas balsámicas como mentol. En boca cierra con una gran sedosidad tánica que le confiere elegancia y poderío. Perfecto con una carne al horno.

Región: D.O. Ribera del Duero

Bodega: Alonso del Hierro

Precio: 550 pesos

Uva: Tinta del país

San Román

Toro es una de las regiones con vides más longevas, incluso algunas de ellas se mantuvieron abandonadas hasta que nuevos elaboradores irrumpieron en la zona para crear maravillas de gran poder y sutileza. Este vino de color ciruela profunda, con ribetes de color sangre y gran brillantez, de inmediato nos ofrece aromas a fruta muy madura llegando a la mermelada. En boca es amable y de buen cuerpo, con dejos minerales a su paso y gran longevidad. Perfecto con un churrasco al estilo uruguayo.

Región: D.O. Toro
Bodega: Maurodos San Román
Precio: 860 pesos
Uva: Tinta de Toro



Condesa De Leganza Reserva

Vino de la D.O. La Mancha que con la reconversión de sus viñedos ha logrado calidades excepcionales. Plantadas en suelos centenarios de pizarra, este vino desarrolla aromas minerales complejos como la tinta china y el carbón de lápiz, rodeados de fruta madura como moras y dejos de canela, de color profundo en rojo con tendencia al negro. En boca es potente, con desarrollo, buen tanino y mineralidad notoria en la boca, pero sin perder elegancia. Perfecto con cordero.

Región: D.O. La Mancha
Bodega: Condesa de Leganza
Precio: 170 pesos
Uva: Cencibel



Manzanilla La Gitana

Los vinos de Jerez y en especial las manzanillas de San Lucar de Barrameda son un estandarte para España. Aun cuando tienen más de cuatro años de envejecimiento bajo el método de soleras y criaderas y el proceso de crianza oxidativa, no pierde sus tonos amarillos intensos y sus aromas a almendra. De color oro subido y aromas a almendra y mantequilla, en boca es elegante, de buena acidez, fresco y vibrante. Lo mejor para comer con él es el jamón de bellota o jabugo.

Región: D.O. Jerez y Manzanilla San Lucar de Barrameda
Bodega: La Gitana
Precio: 280 pesos
Uva: Palomino



Oloroso Alfonso

Criado seguramente en barricas centenarias como todos los grandes vinos de Jerez, nos muestra lo que el terruño y la mano del hombre pueden hacer en conjunto. De color negro con visos ocre, buena densidad en la copa y característicos aromas a dátil, higo turco y ciruela pasa, en boca es untuoso con muy buena acidez y equilibrado nivel alcohólico. Perfecto como aperitivo.

Región: D.O. Jerez y manzanilla San Lucar de Barrameda
Bodega: González Byass
Precio: 600 pesos
Uva: Palomino



Cremosidad extrema

NO HAY HISTORIA NI COMIDA BUENA SIN UN BUEN FINAL. LA CHEF SONIA ÁRIAS DEL RESTAURANTE JASO SE ENCARGA DE ELLO Y NOS TRAE LIGEREZA, CREMOSIDAD Y BUEN SABOR REUNIDOS EN UN SOLO POSTRE. UN PLACER CULPABLE PARA CUALQUIER OCASIÓN.

FOTO: FERNANDO GÓMEZ CARBAJAL

Napoléon de mousse de chocolate blanco

INGREDIENTES

Mousse de chocolate blanco

150 g de yemas
500 g de chocolate blanco
1120 ml de crema para batir
4 hojas de galletina

Galleta de chocolate

200 g de mantequilla
100 g de azúcar
5 huevos
50 g de chocolate semiamargo
500 g de chocolate colombiano

PROCEDIMIENTO

Para el mousse de chocolate blanco, blanquee las yemas con el azúcar. Agregue el chocolate fundido, hidrate las hojas de galletina e incorpórelas. Coloque en un molde cuadrado y deje en congelador 45 min.

Para la galleta de chocolate, acérme la mantequilla y enseguida agregue el azúcar y los huevos uno por uno. Bata hasta obtener una mezcla homogénea. Incorpore el chocolate troceado. Extienda sobre una charola y hornée 15 minutos a 275 °C. Para hacer las láminas de chocolate, tempete el chocolate, exténdalo sobre una base de silicon, congele y corte en cuadros.

PRESENTACIÓN

Coloque la galleta previamente cortada en un cuadro. Coloque la lámina de chocolate, encima el mousse de chocolate blanco, termine con otra lámina de chocolate y decore con hoja de oro.
(pata 4)

Bordeaux total

UNA FORMA SENCILLA DE COMPRENDER LOS VINOS DE BURDEOS ES CONOCIENDO SU TERRUÑO. AQUÍ UNA BREVE INTRODUCCIÓN A LOS CALDOS BORDALESES, REAFIRMADA CON UN VIAJE EN EL QUE RECORRIMOS 10 AOC DE LA REGIÓN Y 13 MAGNÍFICOS CHÂTEAUX, EN LOS QUE, POR SUPUESTO, DEGUSTAMOS MUCHOS ESTUPENDOS NÉCTARES.

TEXTO Y FOTOS: FABIOLA DE LA FUENTE

Francia y sus regiones vitícolas pueden parecerse un total enredo. Y no es para menos, ya que tan sólo la región Burdeos, tiene 57 A.O.C. (Apelaciones o Denominaciones de Origen Controlado) en su haber. Vayamos con calma... Burdeos es el segundo lugar del mundo con mayor territorio de vias plantadas con alrededor de 115,000 hectáreas, después de la región de Languedoc. Este territorio equivale a más del total del terreno dedicado a la viticultura en Alemania y alrededor de tres veces el de la costa norte de California, incluyendo los condados de Napa y Sonoma.

Su historia con el vino es más que añeja: en el siglo I a.C. los biturigos, pueblos galos de la ciudad de Burdigala, plantaron viñas a orillas del río Garona.

Posteriormente en 1154, debido al matrimonio de Leonor de Aquitania con Henri Plantagenêt, entonces rey de Inglaterra, Burdeos se tornó ciudad anglo-gascona, con lo que se desarrolló el comercio del vino tanto con Inglaterra como con los países nórdicos.

Tres siglos después llegó a su fin el período inglés; no obstante, el comercio del vino logró restablecer la prosperidad en la región, manteniéndose hasta ahora como uno de las principales actividades económicas. La industria vinícola de esta zona, factura alrededor de 3,000 millones de euros anuales y genera miles de empleos; se dice que seis de cada 10 personas en Burdeos trabaja en el sector vitivinícola.

Entrando en materia

Los vinos de Burdeos se dividen en cuatro tipos: tintos, rosados, blancos secos y blancos dulces. Las principales cepas utilizadas son en tintos: Cabernet Sauvignon, Merlot y Cabernet Franc principalmente, aunque también es común encontrar tintos de Burdeos que incluyen Malbec, Petit Verdot y Carménère. En variedades blancas, las principales son la Sauvignon (Blanc), Semillón y Muscadelle o Moscatel como aquí se conoce, además de Sauvignon Gris, Uni Blanc y Colombard. Y aunque décadas antes los blancos eran muy populares, hoy día han sido apabullados por los tintos.

El terroir en esta región lo es todo. A lo largo de centurias, los bordeleses han estudiado en detalle tanto los tipos de suelos de la zona como las variedades que mejor se dan



CHÂTEAU BONNET, UBICADA EN LA D.O. ENTRE DEUX MERS, ES UNA DE LAS BODEGAS DE ANDRÉ LURTON.

MITOS EN TORNO AL VINO DE BURDEOS

Los châteaux son grandes y fastuosos

castillos: Falso. Si bien el término fue acuñado en Burdeos, y si bien es cierto que aún existen algunos, el apelativo en realidad se refiere a fincas dedicadas exclusivamente a la vitivinicultura, de las cuales pocas poseen grandes caseríos... mucho menos castillos.

Todos los vinos de Burdeos son caros:

Falso. Es verdad que existen algunos vinos, sobre todo los clasificados como *premiers*, *deuxièmes* y *troisièmes crus*, que llegan a tener valores exorbitantes, pero es importante saber que la mayoría de los vinos de esa zona tienen denominaciones genéricas

y están producidos para que la gente los consuma diariamente. El 80% de los vinos de Burdeos cuestan menos de 10 euros.

Todos los vinos de Burdeos aguantan décadas en la cava:

Falso. Es verdad que gran parte de los grandes vinos de la región están elaborados de forma que puedan soportar algunos años en reposo, pero afirmar que resistan décadas y décadas no es del todo cierto. Si bien hay vinos legendarios que se asegura pueden tener capacidad para 30, 40 o hasta 50 años de guarda, lo más conveniente es no jugársela, ya que uno puede llevarse desagradables sorpresas, sobre todo si el costo del mismo no es poca cosa.

PRINCIPALES TIPOS DE UVA

Merlot: Es la primera variedad que cosechan, posee altos grados de alcohol y da vinos con un intenso aroma a frutos rojos. 60 % de la producción.

Cabernet Sauvignon: Madurez tardía y alto contenido en taninos. Cuando son jóvenes, los vinos tienen notas a frutos negros. Aptos para envejecimiento. 26% de la producción.

Cabernet Franc: Variedad que brinda altos grados de alcohol, así como aromas y taninos elegantes. 12% de la producción.

Sauvignon Blanc: Buena acidez, poco color, pero mucha riqueza aromática donde destacan los cítricos. 34% de la producción.

Semillón: Estupenda para vinos licorosos gracias a su color dorado y a su paladar elegante y untuoso. 55% de la producción.

Muscadelle (Moscatel): Produce grandes *muscats* poderosos en aromas florales y suaves en acidez. 7% de la producción.

en ellos. Es por esa razón que en los vinos de Burdeos con apelación no veremos otras variedades de uva más que las antes señaladas. Por ejemplo, del lado derecho del Gironde, predomina la Cabernet Sauvignon, mientras que en el izquierdo reina la Merlot.

Burdeos no sólo se jacta de su *terroir* sino de su assemblage, el arte de la mezcla. Ello consiste en integrar caldos de tanques diversos, producidos con uvas de diferentes variedades y parcelas, con lo que se busca lograr el mayor equilibrio, potenciando la expresión del terruño en función de la calidad de la añada.

La cantidad de sol, agua o viento, que difiere cada año, determina preponderantemente el desarrollo del fruto, esto debido a que aquí todos los viñedos son de temporal, es decir, está prohibido utilizar sistemas de riego por goteo en vinos con denominación. Cuando los vitivinicultores consideran que ha sido un gran año climático, proclaman una cosecha del siglo, la cual, por cierto, también puede ostentar un gran precio.



EN LA FOTO SE APRECIAN ADEMÁS DE UN TRONCO DE BUENA EDAD Y UN FRUTO HERMOSO, EL SUELO PEDREGOSO DE LA ZONA, QUE AYUDA A MANTENER EL CALOR DURANTE LA NOCHE.

La crianza es otro arte del que los bordeleses presumen. Tan sólo unos pocos utilizan barricas de roble nuevo, otros las prefieren de uso reciente y los más de varios usos; pero en todos los casos la madera confiere características particulares al caldo. El tiempo aquí también es una cuestión de cuidado; éste dependerá del resultado que se quiera en el vino, ya que a mayor madera, mayor complejidad. En ocasiones, aun después de ser añejados en barrica, los vinos continúan su añejamiento en la botella; algunos, sobre todo los grandes crus, pueden permanecer por más de un par de años en bodega antes de ser liberados.

Las clasificaciones

La más antigua y más famosa de todas es la de 1855, elaborada por el Sindicato de Comerciantes del Vino y proclamada por Napoleón III, misma que dio lugar a los afamados *premiers, deuxièmes, troisièmes, quatrièmes y cinquièmes* crus, tan cotizados mundialmente. Todos los *châteaux* incluidos son de la región del Médoc, a excepción de Château Haut Brion que se encuentra en Graves, y los vinos crus son todos tintos; los blancos, de menor importancia en aquellos días, sólo fueron clasificados como primera y segunda cosecha. Dicha clasificación se basó en la reputación de las bodegas y en los



DESDE CHÂTEAU VALANDRAUD SE APRECIA LA VISTA DE LOS VIÑEDOS DE LA REGIÓN DE SAINT-ÉMILION, DONDE LAS CONDICIONES SON MÁS PROPICIAS PARA LA UVA MERLOT.

precios de los vinos en aquellos tiempos, y ha permanecido casi inalterada desde entonces, ya que en 1973, Château Mouton Rothschild fue promovido de *deuxième* a *premier cru*.

Posteriormente, se fueron clasificando las demás zonas en A.O.C., con base en diversos criterios que incluyen no sólo las condiciones geográficas, sino las climáticas y las geológicas. Hoy en día son 57 y aunque todas tienen lo suyo, las más famosas son: Médoc (tintos), Haut-Médoc (tintos), Margaux (tintos), Saint-Julien (tintos), Pauillac (tintos), Graves (tintos y blancos secos), Sauternes (blancos dulces), Saint-Émilion (tintos), Pomerol (tintos) y Fronsac (tintos).

Existe una A.O.C. genérica llamada Bordeaux y otra más llamada Bordeaux Supérieur, que se aplica a vinos con mayor graduación alcohólica. Ambas pueden producirse en cualquier viñedo dentro de Burdeos, y son las que ostentan la mayoría de los vinos de la región. A los rosados que pertenecen a estas

Una de las **clasificaciones** más importantes es la de **1855**, proclamada por **Napoleón III**. Además de esa, hay otras **clasificaciones** que obedecen **principalmente** a la **geografía**.

denominaciones se les llama Bordeaux Rosé; a los claretes, Bordeaux Clairet; y a los espumosos, Crémant de Bordeaux.

Tierra de vino

Desde el avión se aprecia la división orográfica natural que han hecho en Burdeos el río Gi-



Aquí André Lurton muestra orgulloso uno de sus vinos: Chateau Bonnet Blanc.

ronda y sus dos afluentes principales: Garona y Dordoña. También se alcanzan a ver las viñas, formadas una tras otra en un despliegue de verdor que parece imposible. La visita sin duda es prometedora, las papilas comienzan a segregarse fluidos de antojo, y el olfato percibe efluvios viníferos inventados por la imaginación y por el apuro de llegar.

No sé si son figuraciones mías o si en verdad aquí la luna se ve más grande. El clima es inmejorable, es una de las cosas que más presumen los bordeleses y que más agradecen los vinos: inviernos suaves, primaveras húmedas, veranos cálidos y otoños soleados.

Burdeos es una ciudad portuaria a pesar de no estar al lado del mar. El río **Gironde** era la vía que los **buques y navíos** tomaban para llegar a las **entrañas** de la zona.

El deleite inicia en la ciudad portuaria que alguna vez estuvo amurallada, ahora con moderna infraestructura, veredas para caminar ensombrecidas por sicomoros, seductores bistros y brasseries, y aparadores donde uno queda engolosinado por la belleza de un Châtea Margaux 2000 de 380 euros que en México cuesta poco más del doble.

En el mapa del vino de Burdeos, se pueden observar diversas peculiaridades: lo primero que salta a la vista del lado izquierdo es el océano Atlántico, cuyas corrientes cálidas que nacen en el Caribe, acentúan el clima templado. Al sur están las Landas, una franja forestal que forma una barrera natural, y al norte el nacimiento del Gironde, que cruza todo el territorio dividiéndose en varias afluentes que cubren de manera natural las necesidades de agua de los viñedos.

Entre copas (y denominaciones)

Un aficionado al vino en Burdeos podría pasarse toda una vida recorriendo viñedos y probando vinos. Desafortunadamente yo re-



ARRIBA: LA FAMILIA D'ESPAGNE (AQUÍ THIBAUDO Y SU PADRE) NOS RECIBIÓ EN SU CASA CON GRANDES VINOS Y ESTUPENDA COMIDA. ABAJO: SOPA DE CALABAZA PREPARADA POR LA SRA. D'ESPAGNE DE CHÂTEAU TOUR DE MIRAMBEAU.

nia que regresar en algún momento, pero en cinco días recorrimos 10 regiones y dentro de ellas 13 châteaux, cada uno con diferentes personalidades y propuestas a pesar de estar regidos por la misma estricta ley del vino.

Entre Deux Mers (Entre dos mares)

Esta región para algunos no tan conocida, se encuentra al este de la ciudad de Burdeos, cruzando el Garona, y hasta el siglo XIX se cultivó trigo principalmente. La región es famosa por sus vinos blancos secos, plétóricos de aromas cítricos, los cuales resultan ideales para pescados y ostras de la zona (las de Arcachon, un pueblo dentro de esta A.O.C., son las más famosas). Si bien se producen tintos, éstos sólo pueden ostentar la apelación Burdeos o Bur-





Los **probióticos** enriquecen tu flora intestinal y ayudan a mejorar la absorción de **VITAMINAS y MINERALES**, dándole a tu cuerpo vitalidad y energía.



DEVUELVE LO QUE LA VIDA DIARIA QUITA

Multibionta. Combinación única con probióticos, vitaminas y minerales.

SUPLEMENTO ALIMENTICIO.
ESTE PRODUCTO NO ES UN MEDICAMENTO.

093300201A1226

deos Superior. El nombre de la zona se debe a que literalmente el mar entra hasta a 100 km por el río y sus afluentes con un impresionante macareo.

Para llegar se puede ir en auto o bien en bicicleta, ya que una vieja vía de ferrocarril fue convertida en una ciclopista con 50 km de extensión que va desde Burdeos hasta el centro de Entre Deux Mers.

Aquí visitamos Château Tour de Mirambeau, una vitivinícola biodinámica propiedad de la adorable familia D'Espagne; Château Bonnet, donde nos recibió su propietario André Lurton, un *vid-sionario* que ha dedicado más de 50 años de su vida a buscar los mejores terruños y a promover y desarrollar diversas zonas de Burdeos como Entre Deux Mers; y finalmente Château Fonchereau, cuyo director y principal socio es un coterráneo que dejó de hacer política en México para dedicarse a hacer vino en Burdeos.

Los vinos más destacados:

- **De Château Tour de Mirambeau:** Mirambeaux 2007, Girolate 1ere Vendage 2001 y Château Tour de Mirambeau.
- **De Château Bonnet:** Divinus blanco y tinto, y los Château Tour de Bonnet blanco, tinto y rosado.
- **De Château Fonchereau:** Château Sauvetat, Château Fonchereau Cuveé Speciale y Chateau Fonchereau Blanc.

Médoc

Sin duda la más famosa de las regiones de Burdeos gracias a que alberga en sus terruños cuatro de los cinco *premiers crus*: Château Lafite, Château Mouton Rothschild, Château Margaux y Château Latour. Dentro del Médoc hay D.O. llamada Haut-Médoc, y dentro de ambas hay otras seis denominaciones municipales: Margaux, Moulis, Listrac, Saint Julian, Pauillac y Saint Estèphe. Aquí el suelo está compuesto por grava, lo que ayuda tanto a almacenar calor como a drenar el agua, haciendo que las raíces de las plantas viajen a profundidad para buscar líquido. La principal uva de la zona es la Cabernet Sauvignon, que le confiere a los vinos capacidad de guarda.

Dentro de los viñedos visitados están los de Château Lanessan en Haut-Médoc, que posee una máquina de selección de uvas



ARRIBA: INVERNADERO EN CHÂTEAU BONNET. ABAJO: DURANTE LA VENDIMIA SE OBSERVAN GRANDES GRUPOS TRABAJANDO EN LOS VIÑEDOS. MUCHOS DE ELLOS SON ESTUDIANTES DE ENOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD DE BURDEOS.





ARRIBA: EN EL TERRITORIO DONDE SE ENCUENTRA CHÂTEAU LANESSAN YA HABÍA VIÑEDOS DESDE EN AÑO 1310. ABAJO: BAD BOY, UN VINO DE CHÂTEAU VALANDRAUD QUE NO SE RIGE BAJO UNA DENOMINACIÓN DE ORIGEN, POR LO QUE SE TIENE MÁS LIBERTAD A LA HORA DE PRODUCIRLO.



única ya que fue diseñada especialmente por ellos; Lynch Bages, un 5ème cru ubicado en la región de Pauillac, y Château Magnol, propiedad de la famosa marca francesa Barton & Guestier, que trabaja junto con 150 viticultores de Francia cuyos vinos, bajo el paraguas de la marca, se importan a más de 130 países, incluyendo México.

Los vinos más destacados:

- **Château Lanessan:** Les Calèches de Lanessan 2001 y Château Lanessan 2004 (lo mejor son sus precios). Son tintos muy buenos para el diario.
- **Lynch Bages:** Michel Lynch (buenísimo por el precio y la calidad) y definitivamente el Château Lynch Bages 2001, un Grand Cru Classé 5ème que vale cada centavo de su precio.
- **Barton & Guestier:** Tienen muchísimas etiquetas, de diferentes rangos, en

general la calidad de todos es muy buena, pero los que más destacan son el Thomas Barton Reserve y el Thomas Barton de lujo, que ha ganado varias medallas internacionales.

Saint Émilion

Una localidad clasificada, junto con sus viñedos, como Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, ubicada del lado derecho del Dordoña. Conserva toda la pinta de un pueblo medieval por sus calles angostas empedradas y su forma de anfiteatro. El terruño está compuesto principalmente por arcilla, que brinda condiciones ideales para la Merlot, que ocupa tres cuartas partes de los viñedos, seguidos por la Cabernet Franc en un 20% y por la Cabernet Sauvignon en un 5%, por lo que los vinos aquí producidos son generalmente jóvenes extraordinarios con mucha elegancia y frutalidad, aunque hay



XAVIER DE PONTAC, PROPIETARIO DE CHÂTEAU MYRAT, TOMA ENTRE SUS DEDOS UNA UVA BROTRITIZADA.

estupendos vinos que en grandes cosechas pueden conservarse de 10 a 20 años.

Continuando con las visitas, aquí conocimos Château Valandraud, que tiene tecnología de punta y un par de vinos fuera de los cánones franceses, y que aunque no tienen ninguna denominación se venden muy bien en Estados Unidos, como el famoso Bad Boy. Y por supuesto, también se cñe a las reglas, logrando glorias como el Château Valandraud 2002 y el Virgine de Valandraud, ambos unas joyas.

Sauternes

Esta zona ubicada al sur de Graves, es mundialmente famosa por sus vinos blancos licorosos de tonos dorados y aromas a miel. Aquí se conjugan las condiciones ideales que producen un efecto natural conocido como la podredumbre noble. Para que esto se logre, se dejan las uvas un poco más de tiempo de lo normal a fin de que se plaguen con *Botrytis cinerea*, un hongo que normalmente se considera dañino, pero que en este caso, bajo estrictos controles, provoca fenómenos químicos sobre el fruto, concentrando su contenido de azúcar, acidez y glicerina. Dentro de Sauternes hay otras denominaciones: Bordeaux y Bordeaux Supérieur, como en casi toda la región de Burdeos, y otras exclusivas de la zona como Barsac, Cadillac, Cérons, Côtes de Bordeaux-Saint-Macaire, Graves Supérieures, Loupiac, Premières Côtes de Bordeaux, Sainte-Croix-du-Mont, Sainte-Foy-Bordeaux.



ASÍ ES COMO SE VE UN RACIMO CON BOTRYTIS (PODREDUMBRE NOBLE) QUE SE USA PARA EL VINO DULCE.

Sauternes es una zona mundialmente famosa por sus vinos blancos licorosos, logrados gracias a la *Botrytis cinerea* o podredumbre noble.

Nuestra primera visita fue en Loupiac —donde se empezó a hacer vino dulce desde 1780— al Château Dauphiné Rondillon. Tienen algunas viñas de 80 años, pero el promedio es de 15. Para prensar las uvas utilizan la última tecnología: una prensa neumática que quita el oxígeno e inyecta nitrógeno a fin de retener aromas. Degustamos dos maravillosos:

Château Dauphiné Rondillon 2005 y Château Dauphiné Rondillon Cuvée 2002 D'Or, fermentado en barrica y añejado durante 18 meses.

Nuestra visita final fue a Château Myrat, un deuxième cru según la clasificación de 1855, y nos esperaban los propietarios de otros cuatro Châteaux de la zona, por lo que la degustación de vinos de postre fue única. Los más destacados de la noche fueron Château Myrat de 1997 y Château Rabaul-Promis 1988 y 1989 (première cru según clasificación de 1855). Aunque descubrimos joyas como el Sweet Broustet de Château Broustet, que no es tan elegante pero tiene una presentación única; Château Margot 2001 de la región de Cadillac, y Château Bastor 2005. ■



(aplausos)

Máximo López May. Una parrilla.
Y miles de posibilidades.

**parrilla al máximo
estreno, jueves 19:30 HS.**



elgourmet.com

Para consultas sobre cómo pagar en nuestros canales, contactarse a: ventas.mexico@elgourmet.tv
Bld. M. Avila Camacho 98 Piso 10 - Torre Comercio II, Col. Lomas de Chapultepec, C.P. 11000 México D.F. Tel. (55) 5284-2306.



DÍAS	MAÑES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00	ABC Gourmet: Panadería	Alquimia	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX
01:30	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II
02:00	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia
02:30	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia
03:00	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos
03:30	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas
04:00	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet
04:30	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX
05:00	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia
05:30	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco
06:00	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia
06:30	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet
07:00	Notas de esta III	Notas de esta III	Notas de esta III	Notas de esta III	Notas de esta III	Notas de esta III
07:30	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II
08:00	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería
08:30	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero
09:00	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II	Nva. Coc. Colombiana II
09:30	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia
10:00	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia
10:30	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos
11:00	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas
11:30	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet
12:00	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX
12:30	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia
13:00	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II
13:30	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero
14:00	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería
14:30	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco
15:00	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia
15:30	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia
16:00	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos
16:30	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas
17:00	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet
17:30	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX
18:00	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia
18:30	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II	Cocina de Autor II
19:00	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero	Yo cocinero
19:30	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería	ABC Gourmet: Panadería
20:00	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco	De Chile y Perú... el pisco
20:30	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia
21:00	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia	Gourmet Grecia
21:30	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos	El placer de los sentidos
22:00	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas	Receitas rápidas
22:30	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet	Comando gourmet
23:00	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX	Desafío gourmet MX
23:30	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia	Alquimia

Y Tú...

100 años
más de
calidad y sabor a
Gloria



¿Cómo la usas?

¡Felicidades a nuestros ganadores!

1er. lugar:

Ma. del Carmen T. Martínez y
José Rubén Martínez Sotomayor

Un **viaje al Hotel Grand Velas de Riviera Maya**
(incluye boletos de avión, hospedaje, alimentos y bebidas nacionales durante un fin de semana)

2do. lugar:

Juan Manuel Macías Flores

Un Ipod Nano 16 Gb.

3er. lugar:

Marisol Vera Garrido

Un kit de **elgourmet.com** (incluye una colección anual de **elgourmet.com**
más 1 juego de utensilios Victorinox y una suscripción por 6 meses).

A los felices ganadores les informamos que los primeros diez días de marzo
nos pondremos en contacto con ustedes para la entrega de sus premios.

Agradecemos su participación a todos los concursantes.
Espera nuestras próximas promociones.

G revista
elgourmet.com



Todas para uno... y ésta para ti

LÍNEA CONTINENTAL

ES FÁCIL DESEAR UN BENTLEY. LO DIFÍCIL ES ELEGIR UNO.



Realice su pasión.
Haga una prueba de manejo en su Concesionario Bentley

BENTLEY POLANCO
Campos Elíseos 247, Col. Polanco, México D.F.
Para más información llame al (01 55) 52 80 35 35
www.bentleymotors.com

*Bentley' y la 'B en las alas' son marcas registradas. © 2006 Bentley Motors, Inc.



BENTLEY

BENTLEY POLANCO